

[illegible]

五五五五五

འོད་རིག་པ་གྱི་འགྲུ་

ཐུབ་བསྟན་བྱན་ཆེགས།

Kamtsang Prayers



ཚུམ་བ་པོ་འི་འདྲ་བར།

ནང་དོན་གནད་བསྟུས།

གངས་འཁོར་པར་རྟེན་མེད་ལྟར་ལྟོས་བསྐྱེད། །
 མི་ཚེའི་མཐུན་ལམ་གཞན་གྱི་ཡུལ་རྟེན་བཅའ། །
 ཡིག་རྟེན་བསྐྱེད་ཀྱང་ལྟ་བུ་གསར་པ་རྟེན། །
 རྒྱལ་ཁབ་འགྲིམས་ཀྱང་རང་གི་སྒྲིབ་ལ་ཞེན། །

སྒྲིབ་རྒྱུ་རིག་གཞུང་རིག་གསར་སྒྲིབ་རྒྱུ་སྒྲིབ། །
 དེར་རབས་ཤེས་བྱ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ནས་སྒྲིབ། །
 རང་སྒྲིབ་རིགས་ལ་དགོས་པའི་རིག་གཞུང་འགར། །
 དཔྱད་པའི་ནམ་བཤད་སྒྲིབ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་སྒྲིབ། །

གནད་རབས་མཁས་པའི་གཞུང་འགྲོལ་བསྐྱེད་རྟེན། །
 དེར་རབས་ཚན་རིག་གཞན་གྱིས་བཤད་སྒྲིབ་འཛིན། །
 ཡིག་རིགས་གང་འདོད་སྒྲིབ་མའི་སྒྲིབ་རྒྱུ་འགོད། །
 མཁས་སྒྲིབ་མཁས་པའི་གཞུང་དང་འདི་མི་འདྲ། །

གཞུང་གི་ལས་གཞི་སྒྲིབ་གྱིས་བདག་བཟུང་བྱེད། །
 དཔྱད་འབྲས་གང་དགོས་གཞན་གྱི་ལག་ནས་ཉོ། །
 ཞིབ་འཇུག་མེད་ཀྱང་དཔྱད་ཚུལ་ཆར་ལྟར་འབབ། །
 སྒྲིབ་གྱི་དགོས་རིགས་ཚུལ་དང་འདི་མི་འདྲ། །

རིག་པའི་གནས་ཀྱི་རྒྱུ་པའི་བཟུང་རྟེན་སྒྲིབ། །
 དོན་གྱི་གནས་ལྟགས་ཤེས་རབ་སྒྲིབ་ནས་བཅའ། །
 ཡིག་འབྲུ་རེ་བཞིན་སྒྲིབ་པའི་ཚུལ་ལམ་བཟུང། །
 རྒྱུ་ཁག་དོན་མེད་བསྐྱེད་པའི་དཔྱད་ཚུལ་ཡིན། །

ཁོ་ལོ་གཞོན་ཀྱི་རྒྱུ་ལྟ་རིག་གནས་གསར་བཟུང་སྐབས་དང་འཁོལ་ཡོད་ཀྱང་སྒྲིབ་ཀྱི་
 དགོ་ཆུང་ཐང་སྒྲིབ་ཆོ་དབང་དང་། རྒྱལ་ཆེ་པུ་བདེ། ཡོན་ཏན་ལྷན་ཆོགས། ཡོན་ཏན་
 དཔལ་བཟང་། དབུ་མཛེད་བཟོད་པ་སོགས་སྒྲིབ་གཉེན་སྒྲིབ་དཔོན་ལ་བསྟེན་ནས་ལྷན་
 རྒྱལ་དག་གསུམ། རྒྱན་དག། རྒྱར་ཅིས་དང་འབྱུང་ཅིས། གསོ་བ་རིག་པ་སོགས་ལྷན་མོང་
 རིག་གནས་དང་། གཞུང་བཀའ་ཤོད་ལྟ་དང་། རང་བརྟག་རྒྱུད་གསུམ། ཆོ་ག་ཆོས་སྒྱུད་
 སོགས་ལའང་བག་ཆགས་ཅམ་འཛིག་པའི་སྒྲིབ་གཉེན་བྱས། བཅོས་བསྐྱར་སྒྲིབ་ཀྱི་སྐབས་
 ལྷ་སའི་ཁོན་ཞིང་ཆེན་པོ་དེ་ཡིག་སྒྲིབ་གྲུའི་ནང་དུ་ཞུགས་ཏེ་བོད་ཀྱི་སྐལ་རྒྱུན་རིག་གནས་ཀྱི་སྒྲིབ་
 ཆུང་རྣམས་ལ་སྒྲིབ་སྒྱུར་མཐར་ཕྱིན་པར་བྱས། སྤྱི་ལོ་༡༩༥༦ལོར་སྒྲིབ་གྲུ་ནས་ཐོན་རྒྱུ་ལྷ་ས་
 ཅིང་ཀྱང་དབྱང་མི་རིགས་སྒྲིབ་གྲུ་ཆེན་མོའི་ནང་དུ་དགོ་ཆུང་གི་ལས་ཀ་ཐོབ། སྤྱི་ལོ་༡༩༥༦
 ལོར་དེ་བར་ལོ་ལྷུ་ལོ་ལོ་བོད་དང་། ལ་རི་སོགས་ཀྱི་སྒྲིབ་གྲུ་ཆེན་མོ་ཁག་ལ་པན་
 རྒྱུན་རིག་གནས་བཟུང་ལེན་གྱི་བཟོ་སྒྲིབ་དང་ཞིབ་འཇུག་གི་འབྲེལ་བ་རྒྱུན་མ་ཆད་པ་ཆགས།
 དེར་བརྟེན་དེར་རབས་རིག་གནས་ཀྱི་བསམ་བློ་དང་འཁོལ་སྒྲིབ་རྣམས་ལ་སྒྲིབ་སྒྱུར་དང་
 ཞིབ་འཇུག་གི་འགྲོ་ལམ་གསར་པ་ཞིག་བརྒྱུད་ནས་ལྷ་ས་མཐུད་དེ་བོད་ཀྱི་སྐལ་རྒྱུན་རིག་གནས་
 རྣམས་འཛིན་སྒྲིབ་སྤྱི་ལོ་རིག་གནས་དང་བསྟེན་ཞིང་རྒྱུ་རབས་དང་མཐུན་པའི་སྤྱི་ལོ་
 བརྒྱུད་ལེན་གྱི་རྒྱུ་དུ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ནས་བཟུང་ལོ་སོགས་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་རྣམས་དེར་
 རབས་ཆུང་རིག་དང་མཐུན་པའི་རིག་གཞུང་གི་འབྲེལ་བཤད་གསར་པ་ཞིག་བྱས་ཡོད། །

འདི་ནི་བོད་ཀྱི་སྐལ་རྒྱུན་རིག་གནས་ནང་དུ་དེར་རབས་ཆུང་རིག་དང་མཐུན་པའི་ལྷ་ས་
 དང་འབྲེལ་བཤད་རྣམས་རང་སོར་བཞག་ཅིང་། རྒྱུ་ལྟ་སྤྱི་ལོ་སྤྱི་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་
 འབྲེལ་བཤད་གང་ཡོད་དེར་རབས་ཆུང་རིག་གི་རྣམ་བཤད་ལྷར་ལེགས་བཅོས་བྱས་ཏེ། ལྷ་ས་
 རིགས་གཉིས་ཀྱི་སྒྲིབ་ནས་མཐའ་དབྱུང་བཏང་སྟེ་བྱིས་ཡོད་སྐབས་བསྟན་བཅོས་སོ་སོ་ལ་ལྷན་
 མིན་གྱི་བྱུང་ཆོས་ལྷན་པ་ཤ་སྟག་ཡིན། །

༡ ལྷ་ས་རྒྱལ་འབྲེལ་པའི་བྱུང་ཆོས། གཙོ་བོ་སི་རུའི་འབྲེལ་ཆེན་གྱི་དཀའ་གནད་ཀྱི་
 འབྲེལ་བཤད་ཡིན་པ་གཞིར་བཅས། རྒྱལ་ཀྱི་འཇུག་པའི་ལས་ཆོག་སྐབས་སྤྱི་ལོ་འབྲེལ་
 ཆེན་ལས་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་མིན་ཞེས་པ་དང་། བདག་གཞན་ཤེད་མཚུངས་མིན་ཞེས་པ་གཉིས་
 འོན་ལ་གཅིག་ཡིན་པའི་དགོངས་འབྲེལ་དང་དཔེར་བཞིན་ལ་ཞིབ་ཏུ་བརྟགས་ནས་བྱ་བྱེད་ཐ་
 དད་པ་ཞེས་པ་ནི། ལས་ཆོག་རང་གི་ངོས་ནས་བདག་གཞན་གྱི་དབྱེ་བ་ཡོད་པ་སྟེ། ལས་ཆོག་
 ད་ལྟ་བ་དང་མ་འོངས་པ་གཉིས་ཡིག་གཟུགས་ཐ་དད་ཡོད་པ་དེ་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའམ་བདག་
 གཞན་ཤེད་མཚུངས་པ་དང་། དེ་གཉིས་ཡིག་གཟུགས་ཐ་དད་མེད་པ་ནི་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པ་
 ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་དང་འབྲེལ་བཤད་གསལ་བོར་བྱས་ཡོད། །བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་ངོས་

འདྲིན་ཡང་དེར་རྟེན་བརྩམས་པར་སྒྲིག་རིག་པའི་ནང་གི། བྱེད་ཅིས་པ། 主语 ལས་ཞེས་པ། 谓语 བྱ་
 ཞེས་པ། 宾语 དང་དོན་གཅིག་ཡིན་པ་འགྲེལ་བཤད་གསལ་པོར་བྱས་ཡོད་པ་འདི་ཡིས་རྟགས་
 འཇུག་གི་དཀའ་འཛིན་མཐའ་དག་སེལ་རྒྱས། ལྷག་པར་རྟེན་སྒྲིམ་རྟགས་ཀྱི་བརྒྱུད་བྱ་མཐའ་དག་
 གྱི་བ་དྲིས་ལན་གྱི་སྒྲིམ་གསལ་བཤད་དང་། ཆོད་མའི་རིགས་ལམ་གྱི་སྒྲིམ་མཐའ་དབྱེད་
 བཀོད་ཡོད་པ་ནི་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་རྟེན་བརྩམས་པའི་བརྒྱུད་བྱ་མཐའ་དག་རིགས་ལམ་
 ཀྱི་སྒྲིམ་གསལ་བཤད་བྱས་པ་ཐེངས་དང་པོ་ཡིན། །

༡ ལྷན་རག་འགྲེལ་པའི་ཁྱད་ཆོས། ལྷན་རག་མེ་ལོང་མའི་གཞུང་གི་རྩ་ཆོག་ལ་ཆོག་
 འགྲེལ་མདོར་བསྟུན་གོ་སླ་བ་ཞིག་བྱས། ལྷན་རྒྱན་ལ་སོགས་གོ་དཀའ་བའི་རིགས་རྣམས་ལ་
 འབྲུག་ཁམས་སྤུལ་དང་། འབྲུ་མི་ཕམ་སོགས་ཀྱི་འགྲེལ་བཤད་ལ་གཞིར་བཟུང་ནས་ཅུང་ཟད་
 རྒྱས་འགྲེལ་བྱས་ཤིང་དོན་གསལ་བར་བྱས། ཁྱད་ཆོས་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་ནི་བོད་མཁས་པའི་
 དཔེར་བརྒྱུད་ཆ་ཆོད་ལ་གོ་དཀའ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱབ་སྐྱོངས་ཡོད་པ་དང་། གཤམ་ཆོག་རྣམས་
 ཐང་སྤྱོད་ཆོད་བང་མཐུན་ནས་ལྷན་བརྒྱུད་ཀྱི་བྱིད་རྒྱན་རྣམས་སྤུས་གསར་མེད་པར་ཡི་གེར་
 བཀོད་ཡོད། །

༢ ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་དོན་པར་རྒྱ་རྒྱ་གའི་ལྟུ་མིག་ཅིས་པ་འདི་ནི།
 དེར་རྟེན་འཇུག་གི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་དོན་པར་རྒྱ་རྒྱ་གའི་ལྟུ་མིག་ཅིར་རྟེན་ཏུ། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆར་
 རྣམས་བཅུག་ཅིང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྟེན་རིམ་མི་འདྲ་བ་དག་ལྟུ་དགུར་བྱས་ཡོད་པ་འདི་ནི་བོད་ཀྱི་
 ལོ་རྒྱུས་ཐོག་རྟེན་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆར་གི་རྣམ་པ་གསར་པ་ཞིག་ཡིན། དེའི་འདི་ནི་བན་བོན་
 གཉིས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཆར་རྟེན་པ་དག་དང་། རྒྱུ་ཡིག་ཆར་རྟེན་པ། དབྱིན་ཡིག་ཐོག་ཡོད་
 པའི་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས། ས་འོག་ནས་ཐོན་པའི་རྒྱ་ཆ་རྟེན་པ་བཅས་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་འཇུག་ལ་དགོས་
 པའི་མཐུན་ཆེན་རྣམས་མ་ཆོད་པ་མེད་པར་བྱས་ཏེ་ལོ་དོ་སྟོང་ཕྱག་རྟུག་ལྷག་གི་བོད་ཀྱི་ཤེས་
 རིག་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཤིག་བསྒྲིགས་ཡོད། །

༣ ལོ་རྒྱུས་བྱིས་པའི་དཀའ་འཛིན་གྱི་ཁྱད་ཆོས། པར་རྒྱ་རྒྱ་གའི་ལྟུ་མིག་གི་ཡན་ལག་རྟེན་གྱི་
 པའི་གཙོ་བོ་རིག་གནས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཤིག་ཡིན། འདི་ནི་བོད་ཡིག་སྒྲོབ་མ་ལས་དང་
 པོ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཤེས་སླ་བའི་ཆེད་རྟེན་ལོ་རྒྱུས་པར་རྒྱ་རྒྱ་གའི་ལྟུ་མིག་ནང་རྟེན་པ་རིགས་ཀྱིས་
 བསྟུངས་ཐོན་པའི་ཞིབ་འཇུག་གི་འབྲས་བུ་རྣམས་སྤྱི་གསལ་བསྒྲིམས་ཀྱི་སྒྲིམ་གུན་གྱི་གོ་བདེ་
 པའི་དག་སྒྱུར་ཐོག་རྟེན་ཡོད། གཞན་ཡང་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་སྤྱི་དོན་མཐུན་པའི་ཆེད་རྟེན་
 ཆོགས་བཅད་ཀྱི་སྒྲིམ་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྩ་བ་ཞིག་གསར་བསྟུན་བྱས་ཡོད། །

༤ བྱིས་པའི་དཀའ་འཛིན་རྒྱ་ལྟུར་མ། འདི་ནི་གནའ་བོའི་བསྐལ་པ་ཡ་ཐོག་ནས་ཉེ་རྟེན་
 པར་གྱི་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་བརྒྱུད་རིམ་ལྷན་པ་ཞིག་རྒྱ་ཡིག་རྟེན་བྱུང་པ་ཐེངས་དང་པོ་ཡིན་པ་མ་

ཟད། རྒྱ་ཡིག་ཏུ་བསྐྱར་བའི་གོ་རིམ་ནང་ཏུ་བོད་ཀྱི་ཡིག་ཆ་དང་ནང་ཏུ་མེད་པར་རྒྱ་ཡིག་ནང་ཏུ་གསལ་བའི་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྐོར་མང་པོ་ཞིག་བྱར་མཆན་བཏབ་ཡོད། །

༦ ཁམས་ཀྱི་ས་གནས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བྱད་ཆོས་ནི། ལོ་རྒྱུས་ཐོག་ཁམས་ཞེས་པའི་རིག་གནས་ཀྱི་ས་ཁོངས་དེ་ཆོད་གཞི་གང་ཡིན་བོད་རྒྱ་གཉིས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་དང་རྣམས་སུ་འཁོད་པ་རྣམས་ལྟན་ཅིག་ཏུ་སྟོགས་བསྟེན་གསུང་ཏེ་མིག་སྔར་ཁམས་ཀྱི་རིག་གནས་ས་ཁོངས་གང་ཡིན་ཐེངས་དང་པོར་གཏན་འཁེབས་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན། གཞན་ཡང་སྡེ་དགའི་ལོ་རྒྱུས་དང་། མི་ཉག་ཁྲི་ཤིའི་ལོ་རྒྱུས་གཉིས་ནི་རྒྱ་བོད་ཡིག་ཆ་དང་གཉིས་སུ་སྔར་ཡོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་གཞིར་བཞག་ །དེའི་ཐོག་ཏུ་ཁམས་སྟོགས་ཀྱི་མཁས་དབང་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་དག་གིས་ཁ་བསྐྱངས། ཁམས་སྟོགས་ཀྱི་རྒྱ་བོད་ཤེས་ཡོན་པ་རྣམས་ལ་བཅར་འདྲི་ལུས་ཏེ་ཡིག་ཐོག་ཏུ་མ་འཁོད་པའི་ཉེ་རབས་ལོ་རྒྱུས་སྐོར་རྣམས་ཀྱང་ཁ་སྐོར་བྱས་ཡོད། །

༧ གསེར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བྱད་ཆོས། འདི་ནི་（国家社科基金-重大项目） རྒྱལ་ཁབ་སྤྱི་ཆོགས་ཆོན་རིག་གི་གལ་ཆེན་ལས་གཞི་དང་། ཁམས་པའི་རིག་གནས་ཞིབ་འཇུག་ཁང་བྱང་འབྲེལ་གྱི་ལས་གཞི་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན། གསེར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་འདི་ནི་སྤྱི་ལོ་ཕྱི་ལོ་༡༩༠༠ ལས་མས་ཅམ་ནས་འགོ་བརྩམས་པའི་ཞང་ཞུང་གི་གསེར་གྱི་བྱད་ཆོས་དང་། བྱང་བའི་དུས་རབས་རྣམས་གནའ་བོའི་སྤྱི་རིག་གི་གསེར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་ཕན་ཚུན་གོ་བསྐྱར་གྱིས་སྐོར་ནས་དབྱེད་པ་བྱས་ཤིང་། དེ་ནས་དུས་རབས་རིམ་བྱང་རྣམས་སུ་ཞང་བོད་གསེར་གྱི་དང་། ཞང་ཞུང་བོད་བཅན་པོས་དབང་བསྐྱར་བྱས་པ་ནས་བོད་ཡུལ་སྤྱོད་སྤྱང་བར་གསུམ་ཏུ་གསོ་བ་རིག་པ་རི་ལྟར་འཕེལ་རྒྱས་བྱུང་ཆུང་དང་། མཁས་དབང་གང་ཞིག་བྱོན་ཆུང་སོགས་ལོ་རྒྱུས་དངོས་གཙུག་པའི་ལྟ་བར་གཞི་བཟུང་ནས་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པའི་བོད་ཀྱི་གསེར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡང་དག་པ་ཞིག་ཡིན། ཞིབ་འཇུག་གི་ཐབས་ལམ་གཙུག་པོ། གནའ་བོའི་གསེར་གྱི་བྱད་ཆོས་ལ་མི་རིགས་རིག་པ་དང་། གནའ་རྒྱུས་རྟོག་ཞིབ་རིག་པ། ལོ་རྒྱུས་རིག་པ་བཅས་རིག་ཆོན་ཁག་མང་བྱང་འབྲེལ་གྱི་སྐོར་ནས་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན།

༨ འབྲུང་ཆིས་ཀྱི་བྱད་ཆོས་ནི། འབྲུང་ཆིས་ནི་གཙོ་བོར་གནའ་བོའི་བོད་ཀྱི་དམངས་སྲོལ་རིག་གནས་ཤིག་ཡིན་པ་མ་ཟད། དངོས་པོའི་ཁམས་ལ་འབྲུང་བའི་རྒྱལ་རིག་གི་རྒྱས་པ་ཞིག་ཡོད་པའི་བསམ་སྒྲོ་ཐོག་མར་རྒྱེད་པའི་རིག་གནས་རྒྱེད་པ་ཞིག་ཀྱང་རེད། དེས་ན་འབྲུང་ཆིས་ཉེར་མཁོ་བྱམ་བཟང་ནང་གི་ཆེད་སྟོན་གྱི་ཐ་སྟོད་རྣམས་ལ་འབྲེལ་བཤད་དང་། གོ་དཀའ་བའི་རིགས་རྣམས་ལ་རེབ་མིག་གིས་འབྲེལ་བཤད་བྱས་ཡོད། དེའི་ཐོག་ཏུ་བག་སྟོན། གཤིན་ལས། ས་དབྱེད་སོགས་དམངས་སྲོལ་གལ་ཆེ་བའི་རིགས་འགའ་ཞིག་ཀྱང་སྟོགས་བསྟེན་གསུང་བྱས་ཡོད། །

༩ སྐར་ཆིས་ཀྱི་བྱད་ཆོས་ནི། བོད་ཀྱི་སྐར་ཆིས་ནི་གནའ་བོའི་མེས་པོ་རྣམས་ཀྱིས་རང་བྱུང་

ཁམས་ཀྱི་རྣམ་ཚུལ་ལ་བརྟགས་ནས་སྟོགས་བསྟོནས་བྱས་པའི་ཚན་རིག་གི་གཞུང་ལུགས་ཤིག་
 རེད། དེ་བའདིའི་ནང་གནའ་བོའི་ཁང་ཁུང་རྒྱ་པོའི་དག་ཅིས་སྟགས་རང་བྱུང་ཁམས་ལ་
 དབྱད་པའི་གནམ་གཤིས་རིག་པ་དང་། དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་སྐར་ཅིས་ལཱ་བོད་ཡིག་དུ་
 བསྐྱར་བའི་གངས་ཅིས་སྟོན་གཟུང་སྐར་གྱི་ལའི་རྒྱུང་འགྲོས་(公转)དང་། རང་འགྲོས་(自
 传)ཀྱི་ལྷུང་བུལ་གྱི་གངས་ཚད་ནམས་ཨང་གངས་དང་སྐྱར་ནས་བོད་ཀྱི་ལུལ་དུས་དང་བསྐྱར་
 པའི་དུས་ཀྱི་གནམ་གནམ་དབྱད་གཏན་འབེབས་བྱེད་ཐབས་ཤིག་རེད། དེ་བའདིའི་ནང་དུ་གཙོ་
 བོའི་བྱད་ཆོས་དེ། ལྷ་བསྐྱུས་དང་། གཟུང་ལྷ། ཞག་གསུམ་རྣམ་དབྱེ། གྱི་ལའི་རྣམ་བཤད་
 བཅས་དང་རབས་ཅིས་རིག་གི་ཨང་ཅིས་ཀྱི་སྤྱི་འགྲོས་ཆ་ཚད་ཞིག་བཞེད་ཡོད། གཞན་ཡང་
 དུས་ཕྱིས་རྒྱ་དཀར་ནག་ནས་བསྐྱར་བ་དང་། བོད་ཀྱི་དམངས་ཁྲོད་ཀྱི་ཚོང་ས་དང་ཀྱི་བསམ་སྟོ་
 སལ་ཆེར་སྤར་དོར་བྱས་ཤིང་། གནམ་ས་གྱི་ལའི་ཆགས་ཚུལ་དང་ཉི་མུ་གཟུང་འཛིན་སྐོར་
 རྣམས་དང་རབས་གནམ་ས་གྱི་ལའི་རྣམ་བཤད་དང་གཅིག་གྱུར་བྱས་ཡོད། །

༡༠ གསེ་བ་རིག་པའི་རྣམ་བཤད་ཀྱི་བྱད་ཆོས་ནི། དང་པོ། བོད་ཀྱི་གསེ་རིག་གཞུང་གི་
 ཉེས་པ་གསུམ་(三因)དང་། འབྱུང་བ་བཞི་(四大元素)རྣམས་དང་རབས་གསེ་རིག་ནང་
 གི་རྣམ་རིགས་དང་སྐྱར་ནས་འགྲེལ་བཤད་བྱས་པའི་དཔེ་དེ་བཞོག་མ་དེ་ཁོ་བོའི་དཔེ་ཆ་འདི་
 ཡིན། སྤྱི་ལོ་༡༩༧༥ལོར་ཁོ་བོ་སྤྱི་ལུ་ལ་བོད་སྐད་སྟོན་བྲིད་བྱེད་སར་འགྲོ་སྐབས། དེའི་གོང་གི་
 ལུ་ཕྱི་ནང་གཉིས་སུ་བཞུགས་པའི་བོད་ཀྱི་སྐད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཉེས་པ་གསུམ་དང་། འབྱུང་བ་
 བཞི་ཟེར་བ་དེ་ལུས་ཀྱི་ནང་གི་རང་བཞིན་གྱི་རུས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ཅམ་ལས་རྣམ་རིགས་ཡིན་
 པར་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་ཤིས་མཁན་སུ་ཡང་བྱུང་མི་འདུག །རྒྱ་མཚན་དེས་བོད་སྐད་ལ་ཞིབ་
 འཇུག་བྱེད་མཁན་སྤྱི་ལུ་པ་རྣམས་ཀྱིས་དེའི་སྐོར་ལ་འདྲི་བཅུད་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་བར་བརྟེན།
 ཁོ་བོས་འདི་དག་ནི་དང་རབས་གསེ་རིག་གཞུང་དུ་བཤད་པའི་ལུས་ཀྱི་ལུས་ཆའི་ནང་གི་འབྱུང་
 བའི་སྤྲ་རྣམས་(微量元素)ཟེར་བ་འདི་དང་གཅིག་པར་ཡིན་པ་ཤིས་ནས་འགྲེལ་བཤད་བྱས་པ་
 ཞིག་ཡིན།

གཉིས་པ། བོད་སྐད་གཞུང་གི་མངལ་ཆགས་པའི་དུས་དང་དང་རབས་ལུགས་གཉིས་རྒྱུ་
 འགལ་ཏག་ཏག་བྱུང་ཡོད་པ་རེད། ཁོ་བོས་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་གི་འགྱུར་བ་ལ་བརྟེན་ནས་བོད་
 ལུགས་དང་། དང་རབས་ལུགས་གཉིས་མངལ་ཆགས་པའི་དུས་ཆོགས་གཅིག་མཐུན་དུ་དོས་
 འཛིན་བྱས་ཡོད། བཤད་རྒྱུ་ལས། མངལ་ཁ་བྱེ་ནས་ཞག་ནི་བཅུ་གཉིས་པར། ཞེས་དང་
 རབས་ལུགས་ཀྱི་མངལ་ཆགས་པའི་དུས་དང་རྒྱུ་འགལ་བྱུང་བ་དེ། བར། པར་ལ་བསྐྱར་
 པས་དང་རབས་ལུགས་དང་ལྷ་ཚུལ་གཅིག་མཐུན་བྱུང་ཡོད། །

གསུམ། ཟུར་མཁར་བ་དང་། དེལ་དམར་བ་རྣམས་ཀྱིས་སྐད་རྣམས་ཀྱི་དོ་བོ་འབྱུང་བ་ས་

ཆུ་མི་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་ཕན་ཚུན་འདུ་འབྲུག་མི་འདྲ་བའི་དབང་གིས་རུས་པ་(药效)དང་། ཡོན་ཏན་
 (功能)མི་འདྲ་བར་རྒྱུར་པའི་རེའུ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་གསུངས་ཡོད་ཀྱང་དེར་རུས་ཆེད་
 དཀའ། དེས་ནས་ཁོ་བོས་བཤད་རྒྱུ་འགྲེལ་པ་《མིས་པོའི་ཞལ་ལུང་》དང་། བོན་གྱི་གསོ་
 རིག་ཡིག་ཚང་《འབྲུམ་བཞི》 འབྲུག་པ་པད་དཀར་གྱི་བཤད་རྒྱུ་འགྲེལ་པ་《གཞན་ལ་ཕན་
 པའི་གཏེར་》རྒྱམས་ཕན་ཚུན་གོ་བརྒྱུར་བྱས་ཏེ། བཞེད་པ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པ་རྒྱམས་སོ་སོར་
 བཞོད་དེ་འབྲུང་བའི་རུས་པ་རེའུ་མིག་བརྒྱ་དང་ད་བཞི་ཅན་(元素周期表)སོགས་རེའུ་མིག་
 གསར་པ་འགའ་ཞིག་གསར་བཅོ་བྱས་ནས་དཔེ་སྟུན་བྱས་པ་ཡིན། །

༡༡ དབྱིན་ཡིག་རྒྱ་བྲིས་པའི་བོད་སྐད་གྱི་བྱད་ཆོས། འདི་ནི་《བོད་སྐད་འབྲུང་རྒྱས་ཞིབ་
 འཇུག》(书名——藏医元素研究)།ཅིས་པ་འདི་ནི་ཕྱི་རྒྱལ་བ་རྒྱམས་ལ་བོད་སྐད་རྒྱ་རྩོད་
 བྱེད་བདེ་བའི་ཆེད་རྒྱ་རྒྱུ་མཁྲིས་བད་ཀན་གསུམ་པ་དང་། འབྲུང་བཞི་རུས་པ་བརྒྱད། མེ་
 རྫོད། ལས་རྒྱུ་དང་། ཡི་རྒྱུ་སོགས་ཀྱི་ལྷན་གྱི་གྲུབ་ཆའི་འབྲུང་བའི་རྒྱས་རྒྱམས་ཕྱི་ལྷགས་ཀྱི་
 རྒྱས་འཇུག་དང་། རྒྱུ་དངོས་ཀྱི་མིང་རྒྱམས་བེད་སྤྱད་ཅིང་། འཆད་བྱིད་བྱས་པའི་བེན་བྲིས་
 རྒྱམས་ལྟན་ཅིག་རྒྱ་བརྒྱས་པ་ཞིག་ཡིན། །

༡༢ བོད་རིག་པའི་སྤྱི་བཤད་ཀྱི་བྱད་ཆོས། འདི་ནི་ཀྱང་དབྱང་མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་
 211ལས་གཞི་ཞིག་ཡིན། བརྗོད་དོན་གཙོ་བོར་བོད་ཀྱི་ལྷན་ཁམས་དང་། མིའི་འགྲོ་བ། རིག་
 ཀནས། ལྷན་སློབ། རི་རྒྱ་སོགས་མདོར་བསྟུས་པའི་སློབ་ནས་རྩོད་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན། འདི་ནི་
 རྒྱུ་ཆེད་མའི་སློབ་འདི་ནི་ཀྱང་དབྱང་མི་རིགས་སློབ་གྲྭའི་སློབ་དཔེ་ཆེད་རྒྱ་ས་པར་ཆེད་མ་
 རིགས་གཏེར་གྱི་རབ་བྱེད་ཐོག་མ་བཞིའི་འགྲེལ་བཤད་དང་རིགས་ལམ་རྒྱམས་ར་སློབ་མཁན་
 པོ་ཐུབ་ནོར་གྱི་མཐུན་ནས་ཐོབ་པའི་ཞལ་གསུང་རྒྱམས་བེན་བྲིས་བཏབ་པ་ཞིག་ཡིན། འདི་ནི་
 རིགས་ལམ་སློབ་རྒྱམས་རྗོད་རྒྱལ་བྲག་འགོ་དགེ་བཤེས་སློབ་བཟང་དོན་གྲུབ་ཀྱི་རིགས་ལམ་གྱི་
 ལྷགས་ལྟར། བརྗོད་བྱ་ལྷན་རྒྱགས་གཉིས་པོ་ཆ་ཆེད་བ་ཞིག་བཞོད་ཡོད་པ་འདི་ནི་བསྟུས་རའི་
 རིགས་ལམ་ནང་རྒྱ་ཐུར་མེད་པའི་བྱད་ཆོས་ཞིག་ཡིན། །

༡༣ ཟབ་མོ་ནང་དོན་གྱི་འགྲེལ་པའི་བྱད་ཆོས། གསར་སྟགས་ནང་གི་རྩོགས་རིམ་གྱི་
 སྐབས་སུ་ཅ་ཐིག་རྒྱུ་གསུམ་གནད་རྒྱ་བརྒྱན་ཏེ་ལྷན་སྤྱོད་བྱེད་པ་ལ་ལྷན་དངོས་པོའི་གནས་
 ལྷགས་ཤེས་དཔོན་པ་ནི་མ་ཏ་ཅང་གལ་ཆེན་ཞིག་རེད། ལྷན་སྤྱོད་འདི་ནི་སྤྱར་ལྷགས་ལྟར་
 གསར་རྒྱ་མ་བྱས་པར་ཀན་པོ་རྒྱམས་ལ་ལྷན་ཁམས་བདེ་ཐང་གི་ཆེད་རྒྱ་ལག་ལེན་གྱི་མཐུན་
 རྒྱུན་བརྒྱན་ན་རིང་འཆོ་ཆོ་ཡི་བཅུད་ལེན་གྱི་ཡན་ལག་ཅིག་རེད། འོན་ཀྱང་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་ལྷན་
 དངོས་པོའི་གནས་ལྷགས་ཤེས་མཁན་གྱི་མཁས་པ་རེ་བྱུང་ལས་བྱུང་མི་འདུག །ཀམ་པ་རང་
 བྱུང་དོན་རྗེ་དང་། ལུར་མཁར་པ་སློབ་སྤྱོད་རྒྱལ་པོ་སོགས་སྤྱན་སྟགས་གཉིས་ཀ་ལ་མཁས་པ་རེ་

འགའ་ཕུང་ཡོད་པ་དེ་དག་ནི་གསང་སྐྱུ་ཉམས་ལེན་ཅན་གྱི་རྣམས་འཕྱོར་པ་འབྲུལ་མེད་ཡིན་པ་སྒྲིམ་མ་དགོས། འོན་ཀྱང་ཐོད་ཀྱི་བསྐྱེལ་བྲིད་པལ་ཆེར་སྟོང་སྟོམ་ཅམ་ལས། ལུས་ཀྱི་ནང་གི་ཆ་དབུ་རྒྱུ་རྩེ་གསུམ་ཅམ་ཡང་ངོས་འཛིན་ཡང་དག་པར་བྱེད་ཐུབ་མཁན་དགོན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། དེས་ན་འགྲེལ་བཤད་འདིའི་ནང་གི་ཆ་དབུ་རྒྱུ་རྩེ་གསུམ་དང་། ཐོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་གྲུབ་པ་ལུས་ཀྱི་ལུ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ལུས་ཀྱི་སྒྲིགས་བཞི་མཚམས་བརྒྱད་ལ་གནས་ཤིང་ཡན་ལག་གི་རྒྱུ་ལྟ་བུའི་ལམ་གྱུར་པའི་ཆ་སུམ་བསྐྱོར་མ་དང་། རྒྱལ་བའི་ཆ་དང་། ཀྱན་འཕྲངས་མ་དང་། དབང་པོའི་ཆ་རྣམས་སོ་སོ་གང་ཡིན་ཅུབ་ལུགས་གསོ་རིག་དང་རྒྱུར་ནས་ངོས་འཛིན་བྱས་ཡོད། །

༡༥ མཐའ་དབུད་སེང་གའི་ང་རོ་ནི། མི་ལོ་སུམ་ཅུ་ཅམ་གྱི་རིང་ལ་རང་གི་འོས་འགན་གྱི་སྟོབ་ཚན་ལོ་རྒྱུས་དང་། བརྒྱ་སྟོད་སྐྱེས་ཀྱི་རིག་གཞུང་རྣམས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པའི་དབུད་སྟོམ་རྣམས་ C རིམ་པའི་རིག་གཞུང་དུས་དེབ་དང་། སྟོག་ཤིང་གི་རིག་གཞུང་དུས་དེབ (C 刊有、核心刊物) རྣམས་སུ་བཀོད་ཅིན་པ་ཁག་གཅིག་སྟོགས་བསུས་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ལྟར་མི་ལོ་བཞི་ཅུ་ལྷག་ཅམ་གྱི་རིང་ལ་ཐོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་དེ་དག་ལས་མིག་སྒར་སྟེ་ཆོགས་ཐོག་བེད་སྟོད་ཡོད་རིགས་རྣམས་ལོ་སྟོན་པའི་ཆོག་གིས་བཀལ་ཡོད་པ་འདི་ཡིས་ཐོད་རིགས་གཞོན་ཅུ་རྣམས་ལ་སྟོ་སྟེད་ཅུང་ཟད་སོབ་པའི་གསོས་སྒྲན་དུ་འགྱུར་བའི་རེ་སྟོན་དང་། ཕྱི་རབས་ཐོད་རིགས་གཞོན་ཅུ་རྣམས་ཀྱིས་དབུད་གཞི་དང་། བསྟོ་སྟེང་གི་གར་སྟེགས་ཤིག་དུ་འགྱུར་བའི་རེ་སྟོན་ཡོད། གཞན་ཡང་གཞོན་ཅུའི་སྐབས་སུ་སྟོབ་སྟོང་བྱས་པའི་ནང་ཆོས་ཀྱི་གཞུང་ཀ་ཐོད་རྣམས་ལས། དབུ་མ་འཇུག་པ་དང་། སྟོད་འཇུག་སྐྱེས་ལ་ཆོག་འགྲེལ་ཅམ་ཞིག་བྲིས་ན། པལ་ཆེར་དེར་དུས་མཁན་སྟུལ་ལ་སྐྱེས་གསུམ་ཆེན་འདི་དག་གིས་བྲིས་པའི་གཞུང་འགྲེལ་གྲགས་པ་དེ་དག་ལས་གོ་བདེ་བ་ཞིག་འཁྱི་ཐུབ་ཆོད་འདུག་གྱུར། རང་རྒྱུད་ལ་ཉམས་ལེན་མེད་པའི་ཁ་བཤད་སྟོང་པས་གཞན་ལ་ཕན་ཐོགས་དཀའ་བ་སྟམ་ནས་རེ་ཞིག་བཏང་སྟོམས་སུ་བཞག་པ་ཡིན། ད་ལན་དཀའ་མཛོས་ཐོད་རིགས་རང་སྟོང་ཁུལ་ཁམས་པའི་རིག་གནས་ཞིབ་འཇུག་ཁང་གི་དབུ་བྲིད་རྣམས་ཀྱིས་དཔེ་ཆོགས་འདི་ཉིད་པར་སྒྲན་དང་འགྲེམ་སྟེལ་གནང་རྒྱུ་རྒྱུ་སྟོར་ཐོབ་པ་ལ་སྟོང་ཐག་པ་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ཞེས་ཐོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་སྟེ་བའི་རྒྱལ་ཁམས་པ་ཐུབ་བསྟན་ཐུན་ཆོགས་དེས་སྟོན་ཅུབ་མི་རིགས་སྟོབ་གྲ་ཆེན་མོའི་རང་ཤག་དུ་བྲིས་སོ། །

内 容 提 要

非为大师与大官，
云游四海求学问，
一生钻研诸文献，
获得不少新观点。

儿时隐蔽听旧学，
青年云游长见闻，
融合古今探藏学，
汇成文集十四册。

登上宝座说道法，
抄袭古文弄玄妙，
糊涂论说蒙自他，
此说非同他人说。

陋室书籍堆如山，
积累妙语如觅食，
此无过目费解语，
此论非同他人论。

求取知识之精华，
找出智慧之真谛，
字字经过深思书，
故为心血之结晶。

我小时候，遭遇文化大革命运动，学习文化知识必须得隐蔽。我秘密拜唐拉泽旺、夏切彭德、元登彭措、元登巴桑、嘎玛色巴等著名藏族大学者们为师，系统地学了藏文文法、藏文修辞学、藏族历算、藏医藏药等藏学通用学科理论，以及五部大论、内观三续、功课仪轨等

少量的佛教理论。改革开放以后，我到四川省藏文学校，系统地学习了藏族传统文化十明学科的理论知识。公元1986年，我毕业分配到北京中央民族大学任教，成为一名普通的高校教师。公元1994年至今，我有幸赴欧洲、北美等西方众多的大学，陆续开展学术访问、学术交流和学术研究工作，我的学术视野得以拓宽，我的现代文化和学术观念得以成熟，我因此步入了新的学习与研究之路。此后，我能够把藏族传统文化和世界其它文化对比起来研究，能够对藏族传统文化做取其精华和去其糟粕的研究。我先后撰写《藏文文法》等藏学理论著作，尽最大可能地用现代科学理论来诠释藏族传统学科知识，使其跟上现代文明发展的步伐。

今天，我再次仔细修改完善我的所有文章和著作，其中符合现代科学理论的观点和说法没有作变动，因为时代背景原因出现明显违背现代科学理论的错误观点和错误说法，作了修改与完善。我的所有文章和著作，都经过了文献依据与逻辑理论的再三推敲，应该具有非同一般的特色。

1《藏文文法通论》：在继承《司徒文法》当中文法释难理论的基础上，《藏文音势论》当中的及物动词与不及物动词的分别方面，经过仔细研究《司徒文法》当中的相关理论与列子，得出新结论是：动词本身在现在式与未来式当中有变化，则为及物动词；动词本身在现在式与未来式当中没有变化，则为不及物动词。我把藏文文法当中的动作、作者及能所与现代语法当中的主语、谓语及宾语结合起来诠释，很好地排除了其中的疑惑与困难。

2《藏文文论与诗学明鉴》：对《诗学明镜》进行通俗易懂的阐释之余，语音多义的修辞手法等难点，结合珠康楚的《修辞学明镜注释》与居米旁的《修辞学明镜注释》等的观点，作了仔细深入地阐释。在解读博克巴的《修辞学明镜列子诗句》方面，结合作者的时代历史文化背景作了具有充分说服力的还原释读，其中的隐喻诗句，根据恩师唐拉泽旺的讲解，作了正本清源的解读。

3《藏史纲要》：以世界历史为时空背景，把藏族历史纳入现代世界历史的理论框架内，以全篇九章的大信息量创新性地诠释了藏族历史。为了撰写这部新的历史著作，我查阅了藏传佛教本教与班迪（指

非本教的宗派)等各宗各派的大量文献,研究了汉文史籍和英文史书当中与藏族历史有关的文献资料,研究了大量的考古文物,最终形成了这部叙述藏族六千余年文明发展史的历史著作。

4.《藏史简论·少年史纲》:是《藏史纲要》的通俗浓缩版,主要是为了满足藏史初学者们学习藏族历史知识的需求而编写。减掉大量的文献引用、繁复的理论解释和复杂的逻辑论证之后,以少年儿童容易接受的话语,娓娓道来藏族文明发展历史的大致脉络。

5.《藏史简论·少年史纲》:汉文版:这是第一本描绘藏区从原始社会到近现代发展的通俗史学作品。本书对照汉藏文献,在翻译的过程中增补了许多藏文史书并未记载却可见于汉文史书的一些珍贵的历史资料。

6:《康巴地区史》:从藏汉历史文献中寻找康巴的文化区域,叙述康巴地区的人文史。其中德格地方史与木雅西夏史方面,在研究梳理藏汉史书中相关记载的基础上,查阅和研究众多相关人物的传记作了文献依据的补充。除此之外,访问康巴地区名人和学者,对康巴地区的近代史作了补充。

7《藏医药历史》:这部著作是我承担国家社科基金重大项目与康巴文化研究院科研项目的成果之一。藏医药起源于公元前1800年左右的古代象雄地区(今西藏阿里及周边地区),其与古代希腊医药学有不少相似之处,我把这两者联系起来作了对比研究。针对古代象雄邦国并入吐蕃帝国之后,藏医药学怎样传播到藏区各地,期间整个藏区出现了哪些藏医药大师等问题,我严格按照历史唯物主义观点和方法,仔细梳理和研究现存文献资料和文物后,给出了符合科学规律的解答。

8《藏族民族与元素历算教程》:元素算在藏区具有悠久的起源发展历史,是非常重要的藏族民间文化。针对《元素算相关知识宝瓶》当中疑难术语,我作了通俗易懂的解释,并且配有令人耳目一新的表格。除此之外,我还增加了《婚事元素算》、《丧事元素算》、《风水知识》等相关文献诠释。

9《藏族楚派历算通论》:历算是藏族先辈经过长期观察大自然种种现象,不断总结经验后形成的一套科学理论知识。这部著作里,通过正确解读《象雄古历算》当中的观察自然天文历算理论,以及译成

藏文之《时轮金刚历算》当中的行星公转与自转的速度计算法等，结合藏区特有的季节变化与气候规律推出了符合青藏高原地域的历算解说。其中，舍去了晚期从印度和汉地翻译过来的迷信说法，增加了现代科学解释宇宙起源、星球运行、日食月食等的理论知识。

10《藏医药学人体与疾病研究》：一、经过长期研究后，我首次提出了结合古今中外医药学的藏医三因、四大元素诠释论。公元1994年，我到国外传授藏医藏药理论与实践的时候，国内外还没有把三因和四大元素解释清楚，且误认为它是人体的某种能量或功能，不清楚它是人体的物质元素。针对种种疑惑和提问，我向国内外藏医药研究人员，从微量元素论的角度详细解释了藏医三因、四大元素理论。二、以前，藏医的胚胎形成时间论与现代医学胚胎形成时间论有矛盾。我通过一个字的改写纠正，把藏医的胚胎形成时间论与现代医学胚胎形成时间论做到完全一致的解读。三、藏文文献记载，苏喀巴与迪玛巴就藏药的地、水、风、火属性不同，合成药物服用后产生不同的药效与功能的问题，造有一目了然的图表。可是今天的我们找不到这些图表，我根据《藏医释续注疏先辈导言》、《本教四部医经》、珠巴·白玛噶波所著《释续注疏》等文献的比较研究，重新汇编出版了104格的藏医元素周期图表。

11《藏医元素研究》英文版：本书主要是面向国外学者与学生讲解藏医学中人体构造，物质元素论和藏药药材元素成分论等讲稿的汇编。

12《藏学概论》：本书是中央民族大学的211项目，主要探讨了藏区地理、人文、民俗文化、山水文化等。因明学部分是用于中央民族大学教学教材，其中重点阐释了萨迦大学士《理量宝藏论》前四章的要点，逻辑论证源于恩师然果·图诺堪布的讲课笔记，辩证法源于炉霍格西洛桑丹珠的讲课笔记。把藏文文法理论纳入因明逻辑框架里面，是本书的一大特色。

13《人体与心理》：是一种保健医学的辅读物，修炼密宗深密圆满次第时，知晓气、脉、明点所在身体的内外结构、运动规律等极为重要，以前这些都处于保密当中，为了帮助老年朋友通过身心锻炼达到健康的目的，我作了公开的著书解释。过去，真正知晓人的身体结构与活动规律的学者不多，噶玛巴·让炯多吉和苏喀·洛珠加波二者

是其中的佼佼者，他们无疑属于密宗瑜伽行者。藏区的诸多修行开示法，强调观修空性，清楚知晓人体内左、中、右三脉的也不多。我在本书中，结合现代西医理论阐释了人体的左、中、右三脉，藏医的人体结构论，气在人体各个部位运行的通道，神经网络的布局和功能作用等。

14《思辨狮子吼》：本书收录有本人近30年教学科研成果，主要是藏族历史与藏文文法等的研究论文。系已经发表在各类学术C刊及核心期刊当中的论文。

本人近40年从事藏学与藏族文化研究的成果，为了使藏族青年学子们容易理解，都作了通俗易懂的阐释。希望这部文集能够成为未来藏族青年学子们的重要参考资料，以及经常进行讨论的焦点。本人年轻的时候系统学习过佛教理论著作《入中观论》、《入菩萨行论》等，对这些论著作一个浅显易懂的阐释，可以胜过现在很多的活佛与堪布，但是没有经过亲自修持与具备修炼经验的夸夸其谈，并不能帮助他人，所以没有做徒劳的事情。

我要衷心感谢甘孜州康巴文化研究院，将我毕生从事教育教学与学术研究的成果，集成研究文献出版发行。

土登彭措

书于西南民族大学家中

Abstract

A Tibetan world vagabond who has never obtained
Such status as an enthroned lama or high official,
The core of my life immersed in the swamp of textual archives,
Finding new perspectives from within old texts.

I interpreted and explained Tibetan culture and knowledge
By synthesizing in fourteen distinct volumes
The traditions I learned secretly in my childhood
And the things I saw and heard while traveling the world in my youth.

These books are unlike contemporary scholar productions,
Such as religious preaching with symbolic gestures from high thrones,
Or the copying of ancient scriptures by today's students
Without understanding those difficult points themselves.

They are unlike contemporary scholarly research,
Such as piling up textual archives like mountains in offices,
Compiling diverse papers like various grains,
Which can be viewed with one's eyes, but not seen with the brain

They are instead scholarly works produced with warm blood,
Extracting all the fields of knowledge as its marrow,
Seeking the fundamental reality from the matrix of wisdom,
And each syllable running through brain's neural pathways.

At a young age, I had the opportunity to familiarize with the common fields of Tibetan knowledge such as linguistics, literature, astronomy, and medicine and Buddhist fields of knowledge such as the Five Volumes of Sutra, Tibetan commentaries of Tantra such as the Profound Inner Meaning by the Third Karmapa, as well as ritual practices through studying secretly with my main teacher Thanglha Tsewang, Kyapché Pendé, Yönten Pelzang, the then lead-chanter Zöpa, and so forth during the 1960-70s. During the Reform and Opening era, I have studied Tibetan traditional fields of knowledge systematically at the Sichuan Provincial Tibetan School. In 1986, right after graduation from the school, I was recruited to teach at the Central University for Nationalities (now Minzu Univeristy of China) in Beijing. Since 1994, I have been able to visit many universities in the West, such as Europe and North America, to carry out academic exchanges and research. Therefore, I was able to study and research the ways of modern knowledge systems and their development, through and against which I have compared and analyzed Tibetan knowledge traditions to sustain and improve them. I

thus have attempted to offer new interpretations on Tibetan culture and knowledge according to the contemporary sciences and epistemologies in this collection of writings.

In particular, I have kept the views and interpretations in Tibetan knowledge traditions that are accordant with modern scientific understandings intact while improving the outdated understandings and misconceptions that contradict the scientific views today. The books are further produced with thorough analysis through the means of logics and citations. Each book thus has its own unique characteristics, which I have briefly introduced below:

Book 1, Commentary of Tibetan Grammar

This is mainly a commentary on the difficult points in the Sidu's Grand Commentary of Tibetan Grammar. Particularly, after having carefully analyzed Sidu's point that whether or not "action" (bya) and "agent" (byed) are separable (tha dad pa) is equivalent to whether or not "self" (dbag) and "other" (gzhan) forms of a verb has the same capacity (shed mtshung pa) and the examples he gave in his Grand Commentary, I have concluded and explained clearly that a verb that is "tha dad pa" can be understood as a verb's "self" and "other" forms has the same capacity, that is, if the verb has different present and future forms it is a separable or "tha dad pa" and its "self" and "other" forms have the same capacity. If the verb has the same form of present and future tenses, it is then inseparable or "tha mi dad pa". Additionally, I have identified the categories of bya or action, byed or agent, las or object in Tibetan grammar as verb, subject, and object in modern linguistics respectively, which should have clarified some of confusions and difficulties in Tibetan grammar.

Book 2, Commentary of Mirror of Poetry and Tibetan literature

This book offers a concise and simple interpretation on the root text of Mirror of Poetry or snyan ngag me long ma. Particularly, I use commentaries by Druk Khamtrül and Ju Mipam to elaborate on certain embellishments that are considered more difficult in general. Another unique feature of the book is that it openly documents the historical contexts of all the examples and riddles written by Ju Mipam that I have orally received from my teacher Thanglha Tsewang.

Book 3, The Ruby Lotus Key: A Comprehensive History of Tibet

This book has exemplified a new way of historical writing in the history of Tibet as it presents Tibetan historical texts and narratives in the contemporary frameworks of historiography. It engages a wide range of source materials including Tibetan archives of both Buddhist and Bonpo sources, Chinese archives on Tibet, sources written in English as well as archeological artifacts excavated in Tibet to represent the history of Tibetan civilization spanning 6,000 years.

Book 4, The Celebrations of Children: A History of Tibetan Civilization

As a branch of the History of Tibet, this book is intended for elementary Tibetan students. Therefore, it synthesizes the main arguments from *The Ruby Lotus Key* in simple and colloquial Tibetan. Like other Tibetan literary treatises, the book is also unique in providing root texts written in verse followed by commentaries of the root text in prose.

Book 5, A History of Tibetan Civilization (Chinese Translation)

This book consists of not only the translation of *The Celebrations of Children: History of Tibetan Civilization* but also of interpretations of and annotations on the accounts of Tibetan imperial history that are only available in Chinese language in the *New and Old Books of Tang* and *Zizhi Tongjian* (*Comprehensive Mirror in Aid of Governance*).

Book 6, The Regional History of Kham

This is the first scholarly work that demarcates the cultural region of Kham based on the previous accounts of Kham as a cultural region in Tibetan and Chinese historical sources. In addition to the history of Degé Kingdom and Minyak Tangut Empire that are available in Tibetan and Chinese accounts, biographies of Tibetan scholars from Kham are used to supplement the writing of this regional history of Kham. Furthermore, I have conducted interviews with elite figures and intellectuals of the region to compose the recent history of Kham.

Book 7, History of Tibetan Medicine

This is a result of a major national project funded by the Chinese National Social Sciences Foundation and collaborated with the Institute of Kham Cultural Studies. I have analyzed the history of Tibetan history that began in approximately the year 1800 BCE in Zhangzhung Empire and its development by comparing it with the history of Greek medicine in this book. Using historical materialism approach, I then attempted to present an objective account on the development of Tibetan medicine and the important learned medicinal doctor/scholars lived in Zhangzhung and Tibet before and throughout Tibet once Zhangzhung was incorporated into Tibet during imperial Tibet.

Book 8, The Nectar Stream: An Exposition of Tibetan Elemental Astrology

Tibetan elemental astrology is a folk culture that has roots in ancient Tibetan society. I have interpreted and explicated the terminologies and difficult tabulates in the *Virtuous Vase of the Necessary Elemental Astrology* ('byung rtsis nyer mkhor bum bzang) as well as compiled important aspects of the Tibetan elemental astrology regarding wedding, funeral, and geomancy.

Book 9, The Earthly Radiance: An Exposition of Tibetan Tshur Astronomy

Tibetan astronomy is a science that our ancestors have articulated through long term observations of natural phenomena surrounding them. I have determined the ways to

measure and interpret time and seasons that are unique to the Tibetan plateau based on Tibetan accounts of old astronomies such as the Oral Astronomy of Zhangzhung Elders and the calculations of orbital speeds of stars' rotation in Kalachakra astronomy. Additionally, I have cleared the misconceptions in the later astronomy texts that were translated from India and China and incorporated the contemporary astronomical studies of starts and the universe.

Book 10, The Radiance of Snow Mountains: An Exposition of Tibetan Medicine

There are several special features to this work: First, this is the first book that explains the concepts of three humors (nyes pa gsum) and four elements ('byung ba bzhi) in Tibetan medicine in comparison to chemical elements in the western medicine. Tibetan medicine doctors in and outside of the country had always understood three humors and four elements of Tibetan medicine only as internal abilities of one's body not as chemical elements prior to 1994 when I started to teaching Tibetan medicine in western universities. As a result, foreign researchers of Tibetan medicine have persistently inquired about it. I thus have argued that the three humors and four elements of Tibetan medicine are similar to microelements in the western medicine. Secondly, I have corrected a serious contradiction with regard to the time of embryonic formation in Tibetan medicine and the western medicine by simply changing one syllable in the Tibetan medicine text, namely, changing བར (of མངལ་ཁ་བྱེ་ནས་ཞག་ནི་བརྩ་གཉིས་བར།) into བར། in the Instructional Tantra (bshad rgyud). Thirdly, I have created charts of elemental combinations of medicinal materials and their efficacies. Although Tibetan medicine scholars such as Zurkharpa and Delmarpa have mentioned the existence of charts detailing medicinal abilities and efficacies of different elemental combinations, such charts are hardly available today. I thus have compiled a chart consisting of 154 frames that documents the different views on elemental combinations and their abilities by comparing and contrasting various commentaries of Instructional Tantra such as Oral Instructions of Ancestors (mes po'i zhal lung) and *Drukpa Pékar's Commentary* of Instructional Tantra ('brug pa pad khar gyi bdad rgyud 'grel pa) as well as Bumzhi medical texts of Bon tradition.

Book 11, Elements for the Study of Tibetan Medicine

This is a collection of lectures that I have given to foreign scholars and students on elements of human body and elements of medicinal materials in Tibetan medicine tradition

Book 12, A General Introduction to Tibetan Studies

As a part of "project 211" at the Minzu University of Beijing, this book generally introduces Tibetan geography, the history of human inhabitation in Tibet, Tibetan civilization, customs, and landscape and ecological systems. In particular, the chapter on Tibetan epistemology is based on my own notes on teachings of Sakya Pandita's

Treasury of Epistemology by Khenpo Rakor Thubnor. The path of reasoning in this perspective is alike that of Drango Geshe Lobsang Dondrub. It is also unique in including a complete grammar session in the path of reasoning in the elementary level of Tibetan epistemology.

Book 13, The Illuminating Mirror: On the Relationship Between Body and Mind

In the generation stage of Tantric practice, it is very important to understand the ways of material body when doing bodily practices by pressing key points of channels (rtsa), essence (thigle, and wind (rlung). Unlike previous traditions of restraining the access to these practices, if they are made available to ordinary people, it could benefit their health and quality of life. However, there were only a few scholars who have really mastered the ways of how material body work in Tibetan history. It is undoubtful that masters such as Kamarpa Rangjung Dorjé and Zurkhar Lodrö Gyelpo were truly great masters of medicine and Tantric practices. However, most of the Tibetan meditation teachings are on the nature of emptiness; few can correctly identify the different channels (tsa dbu rkya ro). Therefore, I have explained the three main channels, anatomy of human body in Tibetan medical texts, and various other channels through which five winds travel from four cardinal directions and eight intermediate directions of the body along with modern western medicine.

Book 14, *A Lion's Roar: A Collection of Academic Papers and Public Scholarship*

This book is a collection of academic papers that are the results of my teaching and researching for over 30 years in the academy. Many of them have been published in key academic journals before.

In conclusion, in these books, I have tried to make the scholarly work of my past 40 some years on Tibetan culture and knowledge systems that are valuable for today's society accessible to the public. It is my hope that they will become a source of courage and enlightening for young Tibetans and that they will serve as a platform for intellectual analysis and discussions for the future generations of Tibetan people. Additionally, I may be able to write a commentary on the Buddhist main teachings such as Introduction to the Middle Way and Ways of Bodhisattva based on my studies in youth that is more accessible than many of the commentaries written by contemporary reincarnated lamas and Khenpos. However, due to my lack of actual practices of these teachings, a commentary from mere intellectual understandings will be unlikely useful, I thus put it aside for now. I

sincerely thank the Sichuan Ganzi Prefecture Khampa Culture Research Institute for publishing and disseminating the fruit of my life's research and education.

Written by Thubten Phuntsok at his home at the Southwest University for Nationalities

དཀར་ཆག

ཕྱི་ཆེན་དང་པོ། བོད་རིག་པའི་སྒྲིབ་ཤིང་།

- མཆོད་བརྗོད། (1)
- ལེའུ་དང་པོ། བོད་རིག་པའི་ཐ་སྐྱོད་སྒྲིབ་ཤིང་། (3)
- ས་བཅད་དང་པོ། བོད་རིག་པ་ཞེས་པའི་དོན་བཤད་པ། (3)
- ས་བཅད་གཉིས་པ། བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་ཅེས་པའི་དོན་བཤད་པ། (6)
- ལེའུ་གཉིས་པ། བོད་ཀྱི་ཡུལ་གྲུ་སྒྲིབ་ཤིང་། (8)
- ས་བཅད་དང་པོ། གནའ་པོའི་བོད་ཀྱི་ཡུལ་གྲུ་བཤད་པ། (8)
- ས་བཅད་གཉིས་པ། དེང་རུས་ཀྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་དང་ཞིང་ཆེན་སྒྲོར། (11)
- ལེའུ་གསུམ་པ། བོད་ཀྱི་མི་རིགས་སྒྲིབ་ཤིང་། (19)
- ས་བཅད་དང་པོ། བོད་མའི་འགོ་བ་ཐོག་མར་བྱུང་ཚུལ། (19)
- ས་བཅད་གཉིས་པ། བོད་མའི་ལུང་རྒྱུང་བྱུང་ཚུལ། (25)
- ལེའུ་བཞི་པ། བོད་ཀྱི་གོ་མས་སྒྲིབ་ཤིང་། (29)
- ས་བཅད་དང་པོ། བོད་མའི་གཉེན་སྒྲིག་སྒྲོར་བཤད་པ། (29)
- ས་བཅད་གཉིས་པ། བོད་ཀྱི་མིང་འདོགས་ཚུལ་བཤད་པ། (34)
- ས་བཅད་གསུམ་པ། བོད་ཀྱི་སྒྲིཊ་ཆོག་སྒྲིཊ་ཁྲིཊ་སྒྲིཊ་བཤད་པ། (37)
- གཅིག་ །འགོ་བ་པའི་ས་ཆོད། (37)
- གཉིས། བོད་མའི་ཤ་ལན། (39)
- གསུམ། བོད་མའི་རྩོད་རྩོད་རི་བྱིས་ས། (40)
- བཞི། འགོ་བ་པའི་རྩོད་བྱིས་ས། (42)
- ལྔ། བོད་མའི་རྩོད་དང་ཁ་མཆུ། (43)
- དྲུག་ །བོད་མའི་རྩོད་འཇའ་ཚུལ། (44)
- བརྒྱུན། བོད་མའི་གོག་སྤོ་མནའ་ལ། (47)
- ས་བཅད་བཞི་པ། བོད་མའི་རྩོད་གོ་སྒྲོར་སྒྲོར། (50)
- གཅིག་ །བོད་མའི་རྩོད་ཆས་སྒྲོར། (50)

གཉིས། བོད་མའི་གོས་ཆས་སྟོར།	(51)
ས་བཅད་ལྗེ་པ། བོད་མའི་རུས་ཆེན་སྟོར་བཤད་པ།	(53)
གཅིག་ཁོད་ཀྱི་ལོ་གསར།	(53)
གཉིས། བོད་ཡུལ་ཐུན་མོང་གི་རུས་ཆེན་གཞན།	(54)
གསུམ། ཡུལ་སོ་སོའི་རུས་ཆེན།	(55)
ས་བཅད་རྒྱག་པ། བོད་མའི་ཆེད་མའི་རིགས་བཤད་པ།	(56)
ས་བཅད་བརྟན་པ། བོད་མའི་རུས་ཆོག་སྟོར།	(60)
ལེའུ་ལྗེ་པ། ཞིང་འགྲོག་སོ་ནམ་སྟོར།	(64)
ས་བཅད་དང་པོ། བོད་མའི་ཞིང་ལས་སྟོར།	(64)
ས་བཅད་གཉིས་པ། བོད་མའི་འགྲོག་ལས་སྟོར།	(66)
ལེའུ་རྒྱག་པ། བོད་ཀྱི་ཆོས་ལུགས་སྟྱི་བཤད།	(70)
ས་བཅད་དང་པོ། བོན་པོའི་ཆོས་ལུགས་སྟོར་བཤད་པ།	(70)
གཅིག་ཁོད་ཀྱི་མའི་བོན་ཆོས།	(70)
གཉིས། གཡུང་རྒྱུད་བོན་ཆོས།	(73)
ས་བཅད་གཉིས་པ། རྒྱུད་པོའི་ཆོས་ལུགས་སྟོར་བཤད་པ།	(79)
གཅིག་ཁོད་ཀྱི་མའི་ཆོས་ཞེས་པའི་མཆན་གཞི།	(79)
གཉིས། བོད་རུ་ནང་ཆོས་དང་ཚུལ།	(94)
ལེའུ་བརྟན་པ། བོད་ཀྱི་སྟོན་ལྗེ་རིག་གཞུང་གི་ཆོས་སྟྱི་བཤད།	(133)
ས་བཅད་དང་པོ། བོན་པོའི་ཆོས་ལུགས་སྟོར་བཤད་པ།	(133)
གཅིག་ཁོད་ཀྱི་མའི་བོན་ཆོས།	(134)
གཉིས། མལ་པའི་བོན།	(138)
ས་བཅད་གཉིས་པ། གསེ་རིག་དང་སྟེ་དངོས་སྟོར།	(139)
ས་བཅད་གསུམ་པ། བཅའ་སྟོན་དཀར་གནད་ལས་ཆོག་	(145)
གཅིག་ཁོད་ཀྱི་རུས་གསུམ་སྟྱི་བཤད་པ།	(152)
གཉིས། རུས་གསུམ་གྱི་བྱུང་པ།	(155)
གསུམ། རུས་གསུམ་སྟོར་བཤད་པ།	(157)
ས་བཅད་བཞི་པ། ཐུན་པོའི་གི་སྟྱི་དོན་སྟོར་བཤད་པ།	(164)
ས་བཅད་ལྗེ་པ། ལེའུ་ལྗེ་པའི་རིག་པ།	(172)
ས་བཅད་རྒྱག་པ། འབྲུང་ཆོས་དང་གནས་རིག་སྟོར་ཆོས་སྟོར།	(180)

- ས་བཅད་བརྟན་པ། སྤྱ་གར་དང་རོལ་དབྱངས་མོགས། (185)
- གཅིག །སྤྱ་དང་མགུར་མོ། (185)
- གཉིས། འཆས་དང་ཞབས་མོ། (187)
- གསུམ། རོལ་དབྱངས་སྒོར། (188)
- ས་བཅད་བརྟན་པ། བོད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁྱི་བཤད། (189)
- གཅིག །སྤྱ་རྒྱལ་མོང་གི་མངའ་མངོན་བཅུ་གཉིས། (189)
- གཉིས། སྤྱ་རྒྱལ་གྱི་རུས་རབས། (192)
- གསུམ། ཆོས་ལུན་རྒྱལ་རབས། (194)
- བཞི། བོད་མིལ་བུའི་སྐབས། (197)
- ལྷ། ས་རྒྱུ་པའི་རུས་རབས། (199)
- རུག །ཕག་གུའི་རུས་རབས། (200)
- བརྟན། གཙང་པ་རྒྱལ་པའི་རུས་རབས། (202)
- བརྟན། དགའ་ལུན་མོ་བྱང་གི་རུས་རབས། (203)
- ས་བཅད་དབྱ་པ། བོད་ཀྱི་ཚྭ་རྒྱང་གྲགས་ཅན། (208)
- གཅིག །མོ་རྒྱལ་རྒྱལ་མོངས་ཅན་གྱི་ཚྭ་རྒྱང། (208)
- གཉིས། རྟག་བཟོའི་ཚྭ་རྒྱང། (210)
- ལེའུ་བརྟན་པ། གནའ་ལྷལ་གྲགས་ཆེན་གྱི་བཤད། (214)
- ས་བཅད་དང་པོ། མོ་བྱང་དང་དགོན་རྒྱུང་སྒོར། (214)
- གཅིག །མོ་བྱང་གི་སྒོར། (214)
- གཉིས། དམག་གི་མཁར་རྒྱུང་པའི་སྒོར། (216)
- གསུམ། ཆོས་ལྷགས་པའི་དགོན་རྒྱུང་སྒོར། (218)
- བཞི། དེང་རུས་བྱལ་མཐའ་མོ་མོའི་མ་དགོན་སྒོར། (219)
- ས་བཅད་གཉིས་པ། གནའ་ལྷལ་དང་རུར་གྱིང་སྒོར། (225)
- གཅིག །གནའ་ལྷལ། (226)
- གཉིས། རུར་རྒྱུང་ལྷལ། (229)
- ས་བཅད་གསུམ་པ། གངས་རིའི་ཁྲོད་ཀྱི་རྒྱལ་གནས་གྲགས་ཅན། (230)
- གཅིག །གནའ་པོའི་པོན་ལྷགས་ཀྱི་རྒྱལ་གནས། (230)
- གཉིས། ལུ་རུས་ལྷལ་བཟུན་པའི་རྒྱལ་གནས། (230)
- གསུམ། ལུ་རུའི་སྒོམ་གྱི་ཆེན་མོ་གསུམ། (231)

བཞི། གཤམ་པའི་མཆོ་ཆེན་བཞི།	(231)
ལ། གངས་རིའི་ཁྲི་ལྷ་པ་གནས་གཤམ་ཆེན་གཞན།	(232)
ལེའུ་དགུ་པ། ལུལ་ལྷ་བཞི་བདག	(234)
ས་བཅད་དང་པོ། བརྟན་པ་བརྟུ་གཉིས།	(234)
གཅིག །བརྟན་མོ་བཞི།	(234)
གཉིས། གནོད་རྒྱུན་མོ་བཞི།	(234)
གསུམ། རྒྱན་མོ་བཞི།	(235)
ས་བཅད་གཉིས་པ། ཆོ་རིང་མཆེད་ལ།	(236)
ས་བཅད་གསུམ་པ། སྤྲིད་པ་ཆགས་པའི་ལྷ་དགུ།	(237)
ས་བཅད་བཞི་པ། བོད་ཀྱི་མགུར་ལྷ་བརྟུ་གསུམ།	(238)
ས་བཅད་ལྷ་པ། དགེ་བསྐྱེན་ཉེར་གཅིག	(238)
ས་བཅད་རྒྱག་པ། མདོ་ཁམས་བོད་ཀྱི་ཚོ་དོ།	(239)
ས་བཅད་བརྟན་པ། ལྷག་གཟིག་ནོར་བུ་ཆ་བརྟན་གྱི་ནོར་བདག	(240)
ས་བཅད་བརྟན་པ། བོད་ཀྱི་རྒྱུན་རྒྱུད་རི་མོ་ཁག་གཅིག	(241)
ས་བཅད་དགུ་པ། རིག་གནས་ནོར་བཙས་སྒྲིང་།	(247)

སྤྱི་ཆེན་གཉིས་པ། ཆད་མ་རིག་པའི་སྤྱོད་དེབ།

སྤྱོད་ཆེན་དང་པོ། ཆད་མའི་གཞུང་ལ་འཇུག་པའི་སྤོན་འགྲོ།	(252)
ས་བཅད་དང་པོ། ཆད་མ་རིག་པའི་དགོས་དོན་བཤད་པ།	(253)
ས་བཅད་གཉིས་པ། བོད་རྒྱ་ནང་པའི་ཆད་མའི་གཞུང་དར་ཚུལ།	(255)
ས་བཅད་གསུམ་པ། ཆད་མའི་རྒྱུན་རྒྱུད་ཐ་སྐྱད་ཁག་གཅིག	(262)
སྤྱོད་ཆེན་གཉིས་པ། ཚུལ་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་བཤད་པ།	(274)
ས་བཅད་དང་པོ། སྤྱོད་མཆོས་བཤད་པ།	(275)
ས་བཅད་གཉིས་པ། རྗེས་འགྲོ་བཤད་པ།	(280)
ས་བཅད་གསུམ་པ། སྤྱོད་བྱུང་བཤད་པ།	(281)
སྤྱོད་ཆེན་གསུམ་པ། རྟགས་ཡང་དག་བཤད་པ།	(284)
ས་བཅད་དང་པོ། རོ་བོའི་སྤོན་སྤྱོད་དེབ།	(284)

- གཅིག །འབྲས་རྟགས་ཡང་དག་..... (284)
- གཉིས། རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཡང་དག་..... (285)
- གསུམ། མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་..... (287)
- ས་བཅད་གཉིས་པ། བརྒྱབ་བྱའི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་བ། (295)
- ས་བཅད་གསུམ་པ། རྒྱབ་ཚུལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་བ། (295)
- ས་བཅད་བཞི་པ། རྒྱབ་བྱེད་གྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་བ། (295)
- ས་བཅད་ལྔ་པ། འབྲུག་ཚུལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་བ། (296)
- ས་བཅད་དྲུག་པ། །ཆོལ་བའི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་བ། (297)
- ས་བཅད་བདུན་པ། འབྲེལ་པའི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་བ། (298)
- ས་བཅད་བརྒྱད་པ། རྟགས་སྤྱད་པའི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་བ། (298)
- ས་བཅད་དགུ་པ། རྟགས་འཁོད་ཚུལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་བ། (298)
- ས་བཅད་བརྒྱུ་པ། བརྒྱད་འདོད་གྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་བ། (299)
- སྒྲོབ་ཆོན་བཞི་པ། རྟགས་ལྟར་སྤྲོད་དང་ཁྱབ་པ་སྒྲོ་བརྒྱད་བཤད་པ། (301)
- ས་བཅད་དང་པོ། མ་གྲུབ་པའི་རྟགས་བཤད་པ། (301)
- གཅིག །ཁྱོགས་ཆོས་དོན་ལ་མ་གྲུབ་པ། (302)
- གཉིས། སྒྲོ་ལ་སྒྲོས་ནས་མ་གྲུབ་པའི་གཏན་ཆོག་སྤྲོས་པ། (303)
- གསུམ། ཆོལ་བ་ལ་སྒྲོས་ནས་མ་གྲུབ་པའི་གཏན་ཆོག་སྤྲོས་པ། (304)
- ས་བཅད་གཉིས་པ། མ་དེས་པའི་རྟགས་བཤད་པ། (304)
- གཅིག །ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མ་དེས་པའི་གཏན་ཆོག་སྤྲོས་པ། (305)
- གཉིས། ཐུན་མོང་བའི་མ་དེས་པའི་གཏན་ཆོག་སྤྲོས་པ། (306)
- ས་བཅད་གསུམ་པ། འགལ་བའི་རྟགས་བཤད་པ། (308)
- ས་བཅད་བཞི་པ། མཆོན་ཉིད་སྤྱིར་སྒྲོན་བཤད་པ། (309)
- གཅིག །མ་ཁྱབ་པའི་མཆོན་ཉིད། (309)
- གཉིས། ཁྱབ་ཆེས་པའི་མཆོན་ཉིད། (310)
- གསུམ། མི་སྤྱིད་པའི་མཆོན་ཉིད། (310)
- ས་བཅད་ལྔ་པ། མཆོན་མཆོན་ཁྱབ་པ་སྒྲོ་བརྒྱད་བཤད་པ། (311)
- སྒྲོབ་ཆོན་ལྔ་པ། རིགས་ལམ་གྱི་རྣམ་གཞག་འགའ་ཞིག་ (314)
- ས་བཅད་དང་པོ། ཁ་དོག་གི་རྣམ་གཞག་བཤད་པ། (314)
- གཅིག །གཞན་ལུགས་དགག་པ། (314)

- གཉིས། རང་ལུགས་བཞག་པ། (317)
- གསུམ། ཚྱོད་པ་སྤྱོད་པ། (318)
- ས་བཅད་གཉིས་པ། རྒྱ་ལྟམ་རྒྱུ་རྩེ་རྩམ་གཞག་བཤད་པ། (319)
- གཅིག གཞན་ལུགས་དགག་པ། (319)
- གཉིས། རང་ལུགས་བཞག་པ། (322)
- གསུམ། ཚྱོད་པ་སྤྱོད་པ། (324)
- གསུམ། སྤྱི་དང་བྱེ་བྱག་གི་རྩམ་གཞག་བཤད་པ། (324)
- གཅིག གཞན་ལུགས་དགག་པ། (324)
- གཉིས། རང་ལུགས་བཞག་པ། (327)
- གསུམ། ཚྱོད་པ་སྤྱོད་པ། (328)
- སློབ་ཚན་དུག་པ། རིགས་ལམ་གྱི་དཔེར་མཚན་གསར་པ། (330)
- ས་བཅད་དང་པོ། རྒྱ་ལྟམ་སྟགས་གྱི་དཔེར་བཞིན་གསར་པ། (330)
- ས་བཅད་གཉིས་པ། ལུ་མ་རྩུ་པའི་སྟོར་གྱི་རིགས་ལམ་དཔེར་བཞིན། (333)
- གསུམ། ཉགས་འདུག་གི་རིགས་ལམ་དཔེར་བཞིན། (339)
- སློབ་ཚན་བདུན་པ། ཤེས་བྱའི་ལུ་མ་བཤད་པ། (350)
- ས་བཅད་དང་པོ། གཞན་གྱི་འདོད་པ་དགག་པ། (350)
- གཅིག རྩོམ་འབྲུལ་བ་ཐལ་པ། (350)
- གཉིས། ལུ་མ་སྤྱང་རྩུ་ཐལ་པ། (351)
- ས་བཅད་གཉིས་པ། རང་ལུགས་བཞག་པ། (356)
- ས་བཅད་གསུམ་པ། ཚྱོད་པ་སྤྱོད་པ། (356)
- གཅིག གཞན་བྱ་གཉིས་སུ་གསུངས་པ་དང་འགལ་སྤང་། (357)
- གཉིས། རྟོག་སྤྱི་དང་མེད་སྤང་གཉིས་མཚུངས་པ་འགལ་སྤང་། (357)
- གསུམ། སྤྱོད་པ་དང་འགལ་སྤང་། (359)
- བཞི་དགག་པ་ཚད་མས་མི་རྟོགས་པ་ཐལ་བ་སྤང་པ། (360)
- སློབ་ཚན་བརྒྱད་པ། ལྷག་མཐའ་སོ་སོའི་གཞུང་ལུ་མ་རོས་འཛིན་སྤངས། (362)
- ས་བཅད་དང་པོ། གཞུང་ལུ་མ་རང་མཚན་ལ་ཚྱོད་པ་སྤང་པ། (362)
- ས་བཅད་གཉིས་པ། གངས་ཅན་པའི་ལུགས་དགག་པ། (364)
- ས་བཅད་གསུམ་པ། ས་པའ་རང་ལུགས་བཞིན་པ། (366)
- ས་བཅད་བཞི་པ། རྩམ་རིག་པའི་ལུགས་བསྐྱབ་པ། (368)

- ས་བཅད་ལུ་པ། རྣམ་རིག་པའི་ཚོད་སྤང་། (372)
- སྒྲོབ་ཚན་དགུ་པ། ཤེས་བྱེད་ཀྱི་སྒྲོ་བཤད་པ། (378)
- ས་བཅད་དང་པོ། ཤེས་བྱེད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་བཤད་པ། (378)
- ས་བཅད་གཉིས་པ། ཤེས་བྱེད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་བཤད་པ། (379)
- ས་བཅད་གསུམ་པ། སྒྲོ་རིགས་བདུན་ཏུ་དབྱེ་ཚུལ། (386)
- སྒྲོབ་ཚན་བརྒྱ་པ། ཡིད་དཔྱད་ཀྱི་སྒྲོ་དགག་པ། (391)
- ས་བཅད་དང་པོ། རྒྱ་མཚན་གསུམ་གྱི་སྒྲོ་ནས་ཡིད་དཔྱད་སྒྱི་དགག་པ། (392)
- གཅིག །བརྟགས་ན་མི་འཐད་པ། (392)
- གཉིས། ཏུ་ཅང་ཐལ་བའི་དགག་པ། (393)
- གསུམ། བརྟག་པ་དང་མཚུངས་པ། (396)
- ས་བཅད་གཉིས་པ། བྱེ་བྲག་ནང་གསེས་ཀྱི་ཡིད་དཔྱད་སོ་སོར་དགག་པ། (399)
- གཅིག །རྒྱ་མཚན་མེད་པའི་ཡིད་དཔྱད་དགག་པ། (399)
- གཉིས། རྒྱ་མཚན་ཕྱིན་ཅི་ལྟག་གི་ཡིད་དཔྱད་དགག་པ། (399)
- གསུམ། བྱེད་གི་ཚོས་ཡིད་དཔྱད་ཏུ་འདོད་པ་དགག་པ། (400)
- སྒྲོབ་ཚན་བརྒྱ་གཅིག་པ། རྣང་ལ་མ་ངེས་སྟགས་ཀྱི་སྒྲོ་དགག་པ། (403)
- ས་བཅད་དང་པོ། རྣང་ལ་མ་ངེས་པའི་སྒྲོ་དགག་པ། (403)
- ས་བཅད་གཉིས་པ། བཅད་ཤེས་ཀྱི་སྒྲོ་དགག་པ། (404)
- གཅིག །བཅད་ཤེས་སྒྱི་དགག་པ། (404)
- གཉིས། བྱེ་བྲག་བཅད་ཤེས་དགག་པ། (405)
- ས་བཅད་གསུམ་པ། ས་པའ་རང་ལྷགས་བཞག་པ། (409)
- གཅིག །མ་རྟོགས་པ་ནང་གསེས་དང་བཅས་པ། (410)
- གཉིས། ལྟག་ཤེས། (412)
- གསུམ། ཐེ་ཚོམ། (413)
- སྒྲོབ་ཚན་བརྒྱ་གཉིས་པ། སྒྱི་དང་བྱེ་བྲག་གི་དབྱེ་བ་བཤད་པ། (416)
- ས་བཅད་དང་པོ། རང་མཚན་དང་སྒྱི་མཚན་འཛིན་སྤངས་བཤད་པ། (416)
- ས་བཅད་གཉིས་པ། རྣམ་རྟོག་དོན་ལ་བྱུང་བར་འདོད་པ་དགག་པ། (417)
- ས་བཅད་གསུམ་པ། སྒྱི་དང་བྱེ་བྲག་གི་རྟོགས་ཚུལ་བྱུང་བར་བཤད་པ། (418)
- གཅིག །རིགས་པའི་སྒྲོ་ནས་རྣམ་ཐོབ་དང་དགག་པ། (419)
- གཉིས། རྣམ་གཅིག་ཏུ་འདོད་པ་དགག་པ། (419)

- གསུམ། རང་ལུགས། (425)
- བཞི། ཚྲིང་པ་སྤང་བ། (425)
- ལྔ། རྡོ་བ་སྤྲུ་བ། (427)
- སྟོབ་ཚན་བརྩམས་པ། སྟོབ་པའམ་སྤང་བ་བཤད་པ། (429)
- ས་བཅད་དང་པོ། དུལ་གྱི་གནས་ལུགས་བཤད་པ། (429)
- ས་བཅད་གཉིས་པ། དུལ་གྱི་གནས་ལུགས་བཤད་པ། (430)
- ས་བཅད་གསུམ་པ། སྟོ་ཡིས་འཛིན་སྤངས་བཤད་པ། (430)
- ས་བཅད་བཞི་པ། སྟོ་རྡོ་མཐུན་པའི་ཚུལ་བཤད་པ། (431)
- གཅིག། རྡོ་རྒྱུ་མཐུན་པའི་ཚུལ། (431)
- གཉིས། མཛོན་སྤུམ་ལ་ངེས་པ་མི་དགོས་པར་སྤྲུབ་པ། (432)
- གསུམ། མཛོན་སྤུམ་ཚད་མས་དགག་སྤྲུབ་བྱེད་ཚུལ། (432)
- ས་བཅད་ལྔ་པ། སྤང་ཡུལ་ལ་སྤྲོ་རྟོག་མི་འཇུག་པའི་ཚུལ་བཤད་པ། (435)
- གཅིག། སྤང་ན་དགག་སྤྲུབ་ཅིག་ཅར་ཐལ་བ། (435)
- གཉིས། རྡོ་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན་པ། (435)
- གསུམ། རྟོག་པས་འབྱེད་ན་སེལ་བར་འགྱུར་བ། (436)
- སྟོབ་ཚན་བརྩམས་པ། སེལ་བ་བཤད་པ། (438)
- ས་བཅད་དང་པོ། སེལ་བའི་འཛིན་སྤངས་ལྷ་བཞི་བཤད་པ། (438)
- གཅིག། ཐང་དང་ལ་གཅིག་ཏུ་སྟོ་འདྲགས་པའི་རྒྱ་མཚན། (439)
- གཉིས། གཅིག་ལ་ཐང་དང་ཏུ་སྟོ་འདྲགས་པའི་རྒྱ་མཚན། (440)
- ས་བཅད་གཉིས་པ། གཞན་སེལ་གྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ། (441)
- ས་བཅད་གསུམ་པ། རྡོ་ལ་གཞན་སེལ་ཡོད་པ་དགག་པ། (442)
- ས་བཅད་བཞི་པ། སྤྲོ་སྟོ་འཇུག་ཚུལ་གྱི་རྣམ་གཞག (443)
- གཅིག། ཡོད་པའི་སྤྲོ་སྟོ་གཉིས་འཇུག་ཚུལ་གཅིག་པ། (443)
- གཉིས། མེད་པའི་སྤྲོ་སྟོ་གཉིས་འཇུག་ཚུལ་གཅིག་པ། (444)
- ས་བཅད་ལྔ་པ། དངོས་མེད་སྤང་ཡུལ་མ་ཡིན་པར་བསྟན་པ། (445)
- ས་བཅད་རྒྱུ་པ། དངོས་མེད་སྤང་ཡུལ་མ་ཡིན་པའི་ཚྲིང་སྤང་། (445)
- གཅིག། དངོས་པོ་དང་མཚུངས་པ་སྤང་བ། (445)
- གཉིས། ཚད་མ་དང་འགལ་བ་སྤང་བ། (446)
- གསུམ། གཤགས་པ་དང་འགལ་བ་སྤང་བ། (447)

- བཞི། ལུང་དང་འགལ་བ་སྤང་བ། (448)
- ལ། རྟོན་བཟུ་བ། (449)
- སྤྱོད་ཚན་བཙོ་ལྷ་པ། གཞན་སེལ་གྱི་ཚྭ་སྤངས་བཤད་པ། (451)
- ས་བཅད་དང་པོ། སྤྱི་མེད་ན་བར་སྤྱོད་བ་མི་སྤྱིད་པའི་ཚྭ་སྤང་། (451)
- ས་བཅད་གཉིས་པ། གཞན་སེལ་མི་སྤྱིད་པའི་ཚྭ་སྤང་། (452)
- ས་བཅད་གསུམ་པ། གཞན་སེལ་འཇུག་པ་འགལ་བའི་ཚྭ་སྤང་། (455)
- ས་བཅད་བཞི་པ། གཞན་སེལ་བརྟག་ན་མི་འཐད་པའི་ཚྭ་སྤང་། (455)
- གཅིག། །བོད་སྤང་རབས་པའི་ལན་མི་འཐད་ཚུལ། (456)
- གཉིས། སེལ་བ་མི་དགོས་པ་ཐལ་བའི་ལན་དངོས། (457)
- ས་བཅད་ལྷ་པ། སེལ་བར་སྤྱི་མེད་ན་གཞི་མཐུན་མི་སྤྱིད་པའི་ཚྭ་སྤང་། (458)
- མཇུག་ཚུལ། (461)

མཚན་བརྗོད།

གདོད་མའི་ནགས་ཚལ་སྐྱེས་པའི་ཕ་བྱིམ་འཛིན། །
 ཡངས་པའི་ས་གནིར་མཛོས་པའི་དོར་བསྐྱུན། །
 ལྷན་པོའི་པང་དུ་ཞིང་འབྲོག་སོ་ནམ་སྟེལ། །
 གངས་ཅན་འགྲོ་བའི་མེས་པོས་ལྷོངས་འདི་སྐྱོངས། །

བཅན་པོའི་མནར་གཅོད་དཔའ་པོའི་དཔུང་གིས་བརྟུལ། །
 ཉམ་ཆུང་འབངས་ལ་རང་དབང་ཐབས་ལམ་སྟོན། །
 སྤྱ་རྒལ་བོད་ཁམས་བཀའ་ཡི་བྲིམས་ཀྱིས་བསྐྱུངས། །
 གཉའ་བྲི་བཅན་པོའི་མཛད་རྗེས་སྒྲ་ན་མེད། །

འདི་ཕྱིའི་སྐྱབས་གནས་གཡུང་དྲུང་བོན་ལ་བཅོལ། །
 སྤྱིང་པའི་བདེ་སྤྱད་འབྲུང་བཞིའི་གཏོ་ཡིས་བཅོས། །
 སྒྲན་ཅིས་ལ་སོགས་རིག་པའི་གཏེར་ཁ་རྟོལ། །
 ཞང་བོད་མཁས་པའི་བཀའ་དྲིན་ནམ་ཡང་དྲན། །

མཁས་པའི་ཐབས་ཀྱིས་བོད་ཁམས་གཅིག་དུ་བསྐྱེལ། །
 དྲག་པོའི་དཔུང་གིས་མཐའ་བཞི་དབང་དུ་བསྐྱུས། །
 ལྷན་པའི་གྲགས་པས་གོ་ལའི་ཁྱོན་འགོངས་པའི། །
 གངས་རིའི་དཔུང་ན་སྤྱ་རྒལ་བཅན་པོ་བརྗོད། །

གྲི་སྒྲོང་རུས་ནས་བན་བོན་འབྲུག་པ་ལངས། །
 གྲི་རལ་ཅན་གྱིས་རྒྱལ་སྲིད་ཆོས་ལ་བསྐྱར། །
 ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆན་བོད་རུ་བསྐྱེདས་གུར་གྲང་། །
 བོད་ཀྱི་རྒྱལ་སྲིད་འཇའ་ཆོན་རྗེས་སུ་སྒྲིགས། །

ཆོས་ཞེན་ཆེ་བས་བོད་ཞེན་རྗེ་ཆུང་སོང་། །
 སྒྲིང་རྗེ་བསྐྱེམས་ཤིང་འཁོན་སེམས་རྗེ་ཆེར་འཕེལ། །
 ལྷ་ཡི་སྤྱལ་པས་བོད་ཀྱི་བཅན་པོ་བསྐྱལ། །
 དཀར་ནག་གོ་སྒྲིག་བོད་ཀྱི་ཆོས་བཤད་ལུགས། །

རང་གི་ལོ་རྒྱུས་གཞན་གྱི་རག་ལས་བསྐྱབས། །
 བདེན་པའི་དངོས་པོ་རྩུན་གྱི་སྒྲོང་ནས་བཅལ། །
 མེས་པོའི་པ་ཞོར་སུ་ཡིས་ལག་དུ་བརྒྱགས། །
 གྲོ་བའི་རྣམ་པ་རང་རེའི་བཞིན་ནས་འཆར། །

ཀ་མད་སུམ་ཅུའི་གོ་རིམ་མི་མཁྱེན་པའི། །
 ལ་བ་ཅན་གྱི་རིག་གཞུང་ཆེད་མཁས་རྣམས། །
 ག་ལེར་གསོན་དང་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་སོགས། །
 ང་ཡི་མེས་པོའི་རྣམ་ཐར་བྱོང་ལ་བཤད། །

ལེབ་དང་པོ།
བོད་རིག་པ་ཞེས་པའི་དོན་གང་།

ས་བཅད་དང་པོ། བོད་རིག་པ་ཞེས་པའི་དོན་བཤད་པ།

སྤྱིར་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་ཟེར་བ་དེ་དང་དེར་རྒྱས་བོད་རིག་པ་ཟེར་བ་གཉིས་གོ་དོན་ཅ་བ་ནས་མི་འདྲ་བའི་ཐ་སྟད་རིགས་གཉིས་རེད། འོན་ཀྱང་དེར་རྒྱས་རྒྱ་སྐད་རྩ་མཉམ་པའི་བོད་སྐད་རྩ་བ་སྐྱུར་སྐབས་འགའ་ཞིག་གིས་བོད་རིག་པ་དང་། འགའ་ཞིག་གིས་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་ཅེས་སོ་སོས་གང་འདོད་འདོད་རྩ་བ་སྐྱུར་ཞིང་ཡོད་པ་ནི་བོད་རིག་པའི་ཆེད་རམས་པ་ཡིན་ཟེར་བ་རྣམས་པ་ཆོས་ཀྱང་། དོན་རྩ་བོད་པ་ཞེས་པའི་དོན་གང་ཡིན་གསལ་པོར་མ་མཐུན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ལྟེ་གོ་དོན་ཅ་བ་ནས་མི་འདྲ་བའི་ཐ་སྟད་གཉིས་ཅི་བདེར་སྤྱོད་པ་ལ་ཐེ་ཆོས་ཅམ་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར།

དེ་ཡང་བོད་རིག་པ་ཞེས་པ་ནི་རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་རོ་བོ་ཅམ་སྟོན་པའི་མིང་ཡིན། སྤྱིར་བོད་དང་རིག་པ་གཉིས་དོན་གྱི་རོ་བོ་ཅམ་སྟོན་པའི་མིང་གཉིས་ཡིན་ཀྱང་། བོད་རིག་པ་ཞེས་ལྟན་ཞིག་རྩ་བརྗོད་པའི་ཆོ་དེ་གཉིས་རོ་བོ་གཅིག་རྩ་བརྗོད་ནས་དོན་གྱི་རོ་བོ་ཅམ་སྟོན་པའི་མིང་རྩ་བརྗོད་འགྲུལ་འགྲོ་ཞིང་ཡོད་པ་རེད། བོད་ཅེས་པ་འཛམ་གླིང་སའི་ཡང་ཅེར། ཡའི་ཤེའི་ཡ་གླིང་ཆེན་གྱི་དབུས་སུ་གནས་པར། རྒྱ་ཁྱོན་སྤྱི་ལེ་གྲ་བཞི་མ་ས་ཡ་གཉིས་དང་འབུམ་གསུམ་ཟིན་པའི་མདོ་དབུས་མཐོ་སྐར་གི་ཡུལ་གྱི་འདི་དང་། དེ་ལ་འཆོ་སྤྱོད་བྱས་པའི་གནའ་བོའི་མི་རིགས་བཅས་པ་ལ་ཟེར། རིག་པ་ནི་སྤྱི་སྟོན་དང་ཤེས་པ་ལ་སོགས་ལ་གོ་ཡང་། རྩེ་བྲག་ཤེས་བྱའི་ཡུལ་གང་ཞིག་གི་མིང་དང་ལྟན་རྩ་བརྗོད་ཆོ། ཡུལ་དེའི་གནས་ཡུགས་དང་རོ་བོ་ལ་གོ་ཞིང་ཡོད་པ་སྟེ། དཔེར་ན། བཟོ་རིག་པ། གསོ་བ་རིག་པ། རྩམ་འགྱུར་རིག་པ། དངོས་ཁམས་རིག་པ་ལ་སོགས་ལྟ་བུ་རྣམས་ཏེ། ཤེས་བྱ་གང་ཞིག་གི་དོན་གྱི་རོ་བོ་ཅམ་སྟོན་པའི་མིང་རམ། རིག་གཞུང་ཞིག་གི་མི་འགྱུར་འགྲོ་ཞིང་།

ཡོད་པ་རེད་ལ། དེ་ནི་མི་རྒྱལ་གྱིས་སློབ་གཉེན་དང་ཞིབ་འཇུག་བྱ་ཡུལ་ཞིག་
 རེད། དེ་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་ནི་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཡིན་པ་གཞིར་བཞག །
 ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སློ་གྲོས་ཀྱི་རྩ་ལ་དང་ལྟན་པ་ཞིག་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན་འགྲོ་
 བ་མིའི་ཤེས་རིག་དང་རིག་གཞུང་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཐོན་ལས་ཀྱི་དྲུང་མཁན་གདོད་
 མའི་མི་རྒྱལ་ཡིན་ཀྱང་། དེ་ནི་རང་བྱུང་གི་ཁོར་ཕྱག་དང་ལྟན་ཞིག་དུ་འཕེལ་
 རྒྱས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས་ཚན་རིག་གིས་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་མ་
 རེད། འོན་ཀྱང་ཕྱིས་འབྱུང་གི་མི་རྒྱལ་སློ་གྲོས་དང་ཤེས་རབ་འཕེལ་རྒྱས་བྱུང་
 བའི་སྐབས་སུ། སློན་བྱོན་མེས་པོ་རྒྱལ་སློ་གྲོས་ཀྱི་དྲུང་མཁན་པའི་གོམས་སློལ་
 དང་ཐབས་ལམ་དེ་དག་གི་ཆོས་ཉིད་ལ་བརྟག་དཔྱད་དང་། ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཏེ།
 འབྱུང་འགྱུར་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་བཅའ་བ་ནས་ཚན་རིག་གི་རིག་གཞུང་ཞིག་
 ཆགས་པ་རེད། ལྟག་པར་དུ་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་ཡོང་ས་དང་འགྲོ་བྱུངས་ཀྱི་
 ཆོས་ཉིད་བཅའ་བའི་རིག་པ་སྟེ། རྒྱ་སྐད་དུ་文化人类学 ཞེས་པ་དེ་ནི།
 ཞིབ་འཇུག་བྱ་ཡུལ་གཙོ་བོ་འགྲོ་བ་མིའི་གནས་ལུགས་ཡིན་ཀྱང་། ཞིབ་འཇུག་བྱ་
 ཡུལ་གདོད་མའི་མི་དང་། བྱེད་མཁན་དེར་རབས་ཚན་རིག་གི་སློ་གྲོས་དང་
 ལྟན་པའི་མི་རྒྱལ་ཡིན་པ་སྟེ། དེ་ལ་སློན་མོན་གྱི་མི་དང་རྗེས་ལུས་ཀྱི་མི་ཡིས་
 བྱུང་པར་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་སྤྱི་ལོའི་དུས་རབས་བརྒྱ་དགུ་པའི་འགོ་ཚུལ་
 དུ་རྒྱབ་སྒྲིགས་ཡོ་རོབ་སྤྱི་བོ་གི་མི་རྒྱལ་གྱིས། ཞེ་ཤི་ཡའི་དང་མི་རྒྱལ་ལ་ཞིབ་
 འཇུག་བྱས་པ་ནས་བོད་རིག་པ་དང་རྒྱ་རིག་པ་ཟེར་བ་འདི་དག་བྱུང་ཡོད། དེ་
 ཡང་བོད་རིག་པ་ཟེར་བ་དེ། མོག་མར་དབྱིན་ཇིའི་སྐད་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་སྟབས་
 དབྱིན་སྐད་མོག་གི་གོ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་གསལ་པོར་ཤེས་དགོས། དབྱིན་སྐད་དུ་
 Tibeology ཟེར་བ་དེ་ཡང་ Tibet ཟེར་བ་བོད་དང་། -ology ཞེས་པ་ཚན་རིག་གི་
 བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་སློན་པའི་ཆོས་གྲོགས་ཤིག་ཡིན་ཞིང་། དེ་གཉིས་ལྟན་དུ་སྦྱར་ན་
 ཚན་རིག་གིས་ཞིབ་འཇུག་བྱ་ཡུལ་གྱི། རིག་གཞུང་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་ལ་གོ་ཞིང་ཡོད་
 པ་སྟེ། དཔེར་ན་བཟོ་རིག་པ་དང་། གསེ་བ་རིག་པ། རང་དོན་རིག་པ་ལ་
 སོགས་པ་ལྟ་བུའི་ཐ་སྙད་ཅིག་ཆགས་འགོ་ཞིང་ཡོད་པ། དེས་ན་བོད་རིག་པ་ཞེས་

དོན་གྱི་ངོ་བོ་ཙམ་སྟོན་པའི་མིང་རུ་བསྐྱར་ན་དབྱིན་སྐད་གྱི་ནང་དོན་དང་མཐུན་
 ལ། བོད་སྐད་གྱི་ཤེས་རིག་གི་ཆོན་སྟོན་པའི་ཐ་སྐད་རྣམས་ཀྱི་འགོ་ས་དང་ཡང་
 མཐུན་པ་ཞིག་རེད། དེར་རུས་གྱི་དབྱིན་སྐད་ནང་རུ་Tibet Studies ཞེས་ཟེར་
 བ་དེ་སང་བོད་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་ཅིས་པའི་དོན་རེད་འདུག་པས་གོང་དང་དོན་
 གཅིག་མཐུན་རུ་སྤང་། དེ་ལྟ་བོད་རིག་པ་ཞེས་པ་ནི་བོད་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་
 གནས་ལུགས་གཏན་ནས་མི་ཤེས་པའི། གང་ཟག་སློ་གྲོས་ཙན་གྱི་རྟོག་དཔྱད་དང་
 ཞིབ་འཇུག་གི་ཡུལ་བྱེད་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན་དགོས་ལ། དེ་ལ་ཞིབ་འཇུག་གནང་ནས་
 བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་གནས་ལུགས་བཅས་ལ་མཁས་པར་ཆགས་པར་བོད་རིག་པའི་
 ཆེད་རམས་པ་ཟེར། གྱི་བཏང་ཡར་རྒྱས་ཙན་གྱི་ལུང་པ་ན་གནས་པའི་མི་རྣམས་
 གྱི་རྗེས་ལུས་གྱི་ལུང་པ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་ཅིང་། ང་ཡུལ་དེ་དང་དེའམ་མི་རིགས་
 དེ་དང་དེའི་རིག་པ་ལ་བྱང་རྒྱལ་པའི་མཁས་པ་ཡིན་ཞེས་སྟོགས་པ་ནི་རྒྱལ་ཕྱོགས་
 པའི་ལུགས་སྒྲ་ངེས་ཏེ། རྒྱལ་ཕྱོགས་པའི་མཁས་པ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ནང་རུ་བོད་
 རིག་པའི་ཆེད་རམས་པ་དང་། རྒྱ་རིག་པའི་ཆེད་རམས་པ་ལ་སོགས་པ་མང་པོ་
 ཡོད་ཀྱང་། ང་དབྱིན་ཇི་རིག་པ་དང་ཨ་རིའི་རིག་པ་ལ་མཁས་པ་ཟེར་མཁན་
 རྩ་བ་ནས་མ་མཐོང་། དེ་བཞིན་རུ་རྒྱ་རིགས་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་ནང་རུ་བོད་
 རིག་པའི་ཆེད་རམས་པ་ཟེར་མཁན་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་། ང་རྒྱ་རིག་པའི་ཆེད་
 རམས་པ་ཟེར་ཡིན་མཁན་མཁན་ཞིག་མཐོང་མ་ཅུང་། །དེས་ན་བོད་མིའི་ནང་
 རུ་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་ལ་མཁས་པའི། ཆེད་རམས་པ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དོན་ལ་
 གནས་ཀྱང་། བོད་མི་ལ་བོད་རིག་པའི་ཆེད་རམས་པ་ཟེར་བ་ནི་རྟ་ཡི་མགོ་ལ་
 གཡག་གི་རྩ་བཅུགས་པ་དང་མཚུངས་སོ། །བོད་པ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་རང་རང་སོ་
 སོའི་རང་གཤེས་ཀྱི་འཆོ་བའི་ཉམས་ཚུང་རང་བཞིན་ལྟན་སྟེས་སྒྲ་གནས་ཡོད་པའི་
 སྐབས་ཀྱིས་བོད་ཀྱི་མཁས་པ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་རང་རང་སོ་སོའི་རང་གཤེས་ཀྱི་འཆོ་
 བའི་ཉམས་ཚུང་རང་བཞིན་ལྟན་སྟེས་སྒྲ་གནས་ཡོད་པའི་སྐབས་ཀྱིས། བོད་ཀྱི་
 རིག་གནས་དང་འཆོ་བའི་རང་མཚན་དངོས་ཉམས་སྒྲ་ཚུང་མཁན་ཞིག་རེད། མི་
 རིགས་གཞན་པ་བོད་རིག་པ་ལ་མཁས་ཆེན་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་བོད་ཀྱི་རིག་

གནས་དང་། འཚོ་བའི་སྤྱི་མཚན་གྱི་ནུས་པ་ཙམ་ཉམས་སུ་སྦྱང་བ་མ་གཏོགས།
རང་མཚན་ནུས་པ་ཙམ་ཉམས་སུ་སྦྱང་བྱུང་གི་ཡོད་པ་མ་རེད།

ས་བཅད་གཉིས་ལ། བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་ཅེས་པའི་དོན།

བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་ཅེས་པ་ནི་དོན་གྱི་བྱང་པར་སྟོན་པའི་ཆོག་སྟེ། བོད་ཅེས་པ་
ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའི་མིང་དང་། ཤེས་རིག་ནི་ཆོས་བརྗོད་ཀྱི་མིང་ཡིན་ཞིང་།
དེ་གཉིས་ཀྱི་བར་འབྲེལ་སྐྱུར་ན་དོན་གྱི་བྱང་པར་སྟོན་པའི་ཆོག་ཏུ་འགྱུར་འགྲོ་
ཞིང་ཡོད་པ་སྟེ། དེ་ཡང་བོད་ཀྱི་བརྗོད་པའི་སྟེང་ན་ནུས་པ་འབྲེལ་
སྤྱི་ནང་གསལ་བདག་པོ་དང་ཡུལ་གྱི་འབྲེལ་པ་འཕམ། ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གྱི་
འབྲེལ་པ་བརྗོད་ཆོག་དང་། དབྱིན་རིའི་བརྗོད་པའི་སྟེང་ན་འདྲིར་གཏན་
ལ་འབེབས་བྱེད་ཀྱི་ཕྱད་ཅེས་ཟེར་རྟེ། འབྲེལ་སྤྱི་སྟོན་ཏུ་ཡོད་པའི་བོད་ནི་གཏན་
ལ་འབེབས་བྱེད་ཀྱི་མིང་ཡིན་རྟེ། དེས་ཤེས་རིག་དེ་མི་རིགས་གཞན་གྱི་ཡིན་པ་
ནུས་པ་བཅད་ནས་བོད་ཀྱི་ཡིན་པ་གཏན་འབེབས་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། དེས་
ན་སྐབས་འདྲིར་བོད་ནི་ཤེས་རིག་དེའི་བྱེད་པོ་འཕམ་བདག་པོ་ལ་གོ་ཞིང་། ཤེས་
རིག་ནི་མི་རིགས་དེས་བྱས་པའི་ཡུལ་སྟོན་དང་། གོམས་གཤིས། ཆོས་ལུགས།
བསམ་སྟོ། བཟོ་རིག་ལག་རྩལ། ཞིང་འབྲོག་ལས་སྟོ་ལ་སོགས་པའི་རིག་གནས་
ཆེ་སྒྲ་ཐམས་ཅད་ལ་ཟེར། དེས་ན་བོད་རིག་པ་དང་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་གཉིས་ཆ་
བའི་གོ་དོན་གྱི་བྱང་པ་ནི། ༡ རོ་བོའི་སྟོན་པ་དབྱེ་ན། བོད་རིག་པ་ཞེས་པ་མི་
རིགས་གཞན་གྱི་དོར། བོད་ཉིད་རིག་པའི་གནས་ཤིག་ཏུ་བཙུགས་ཏེ་ཞིབ་འཇུག་བྱ་
ཡུལ་གྱི་རིག་གཞུང་ཞིག་ཏུ་ངོས་བྱས་ཡོད་པ་རེད། བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་རིག་གནས་
ཞེས་པ་བོད་མི་རིགས་ཀྱིས་བསྐྱུར་པའི་ཤེས་རིག་གི་སྤྱི་དོན་ཞིག་ཡིན། མདོར་
ན། བོད་རིག་པ་ཅེས་པ་རིག་གཞུང་གི་བྱུང་པའི་མིང་ཡིན་ལ། བོད་ཀྱི་ཤེས་
རིག་ནི་མི་རིགས་དེའི་ཤེས་རིག་གི་དོན་སྤྱི་ཞིག་ཡིན། ༢ ཐ་སྙད་ཀྱི་སྟོན་པ་དབྱེ་
ན། བོད་རིག་པ་ནི་དོན་གྱི་རོ་བོ་སྟོན་པའི་མིང་རྒྱུ་དང་། བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་
ནི་དོན་གྱི་བྱང་པར་སྟོན་པའི་ཆོག་ཡིན་པ་ཤེས་སྟེ། ༣ རྗོད་བྱེད་སྤྱི་སྟོན་པ་
དབྱེ་ན། བོད་རིག་པ་ཞེས་བརྗོད་པའི་སྐྱ་དེ་བོད་ལ་སྟོན་ཏེ་བྱང་པ་གཞན་མི་

སྤྱང་པའི་སྤྱ་ཡིན་ཏེ། བོད་དེ་རིག་པའི་བྱད་གཞིར་བརྗོད་པ་མ་ཟད་མི་རིགས་
 དང་། ཤེས་བྱ་ལ་སོགས་པའི་བྱད་གཞི་ཡིན་པ་མི་སྤྱང་པའི་ཕྱིར་དེ། བོད་དེ་
 རིག་པ་ལས་ཆོས་གཞན་གང་ཡང་མིན་པར་སྟོན་པའི་སྤྱ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བོད་
 གྱི་ཤེས་རིག་ཅེས་བརྗོད་པའི་སྤྱ་དེ་བོད་ལ་སྟོས་ཏེ་བྱད་པ་གཞན་སྤྱང་གི་སྤྱ་ཡིན་
 ཏེ། བོད་གྱི་ཤེས་རིག་དེ་བྱད་པར་འབྱེད་པའི་འབྱེད་ཆོས་ནི་བོད་ལས་གཞན་ཡོད་
 པ་སྤྱང་བའི་ཕྱིར་ཏེ། དེའི་འབྱེད་ཆོས་ནི་བོད་ལས་གཞན་མེད་པར་སྟོན་པའི་
 སྤྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཡེ་ཤུ་གཉིས་པ།

བོད་ཀྱི་ཡུལ་གྱ་བཤད་པ།

ས་བཅད་དང་པོ། གནའ་བོའི་བོད་ཀྱི་ཡུལ་གྱ་བཤད་པ།

བོད་ཀྱི་ཡུལ་གྱ། མདོ་དབུས་མཐོ་སྒང་གི་ཡུལ་གྱ་ལ་ཟེར། སྟག་ཚང་
 དཔ་ལ་འབྱོར་བཟང་པོའི་《རྒྱ་བོད་ཡིག་ཚང་》ལས། ཤར་རྒྱ་ནག་དང་། ཁྲི་
 བརྟན། ལྷོ་ན་རྒྱ་གར་དང་ཁ་ཆེ། རུབ་ན་སྟག་སྡེ་དང་གཟིག་འཕན་གཉིས།
 བྱང་ན་ཁོ་མ་དང་གེ་སར་གཉིས། དབུས་ན་བོད་ཡུལ་གངས་ཀྱི་ར་བ་དགྲ་ཟེར་
 ཏེ། འཛམ་བུ་སྤྱིར་གི་ས་ཚད་ཀྱི་ཉེ་བ། བོད་གངས་ཅན་འདི་ཡིན་པར་འདོད་
 པ་ནི། ས་མཐོ། རི་མང་། གངས་ཆགས་རྒྱ་པོ་ཐམས་ཅད་འདི་ནས་ཕྱིར་
 མཐའ་རྣམས་ལ་འབབ་པའི་ཕྱིར་འདི་ཉིད་སའི་དབུས་ཉེ་བ་ཡིན་པར་འདོད་དོ། །
 འཛམ་བུ་སྤྱིར་ན་སྤྱིར་གྱིས་རྒྱལ་ཁམས་ཆེ་ཆུང་། བརྒྱ་གསུམ་ཡོད་པའི་མིང་ངེས་
 ཅན་གྱི་འདོན་པ་ལྟ་ནི། རྒྱ་གར་ཚོས་གྱི་རྒྱལ་ཁམས། རྒྱ་ནག་ཅིས་གྱི་རྒྱལ་
 ཁམས། སྟག་གཟིག་མོར་གྱི་རྒྱལ་ཁམས། ཁོ་མ་གེ་སར་དམག་གི་རྒྱལ་ཁམས།
 བོད་ཡུལ་ཁ་བ་ཅན་གྱི་རྒྱལ་ཁམས་དང་ལྟོ། ཁྲིས་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་ལས།
 བོད་ཁ་བ་ཅན་གྱི་རྒྱལ་ཁམས་དང་། ཕྱོགས་བཞིའི་རྒྱལ་ཁམས་གྱི་ས་མཚམས་ན།
 སྤྱིད་པས་བཀོད་པའི་དོ་རིང་ཆེན་པོ་བཞི་ཡོད་དེ། ཤར་ཕྱོགས་རྒྱ་ནག་པོ་དང་།
 བོད་ཀྱི་ས་མཚམས་ན། ཤ་ཡུད་གངས་དཀར་ལྟའི་ཡུལ་དུ། འདྲོན་བུ་དྲུང་གི་དོ་
 རིང་བརྒྱ་གསུམ་པ་ཡན་ཆད། ལྷོ་ཕྱོགས་རྒྱ་དཀར་པོ་དང་། བོད་ཀྱི་ས་མཚམས།
 སྟག་མ་བུ་ཁུར་མིན་གྱི་ཡུལ་དུ། མཐིང་ཁུན་གཡའི་དོ་རིང་བརྒྱ་གསུམ་པ་ཆུན་ཆད།
 རུབ་ཕྱོགས་སྟག་གཟིག་དང་། བོད་ཀྱི་ས་མཚམས། རྒྱ་མ་རྒྱ་གཅིག་ཁུའི་
 ཡུལ་དུ། ཤ་ཅེ་དབུལ་གྱི་དོ་རིང་བརྒྱ་གསུམ་པ་མན་ཆད། བྱང་ཕྱོགས་ཁོ་མ་གེ་

སར་དང་། བོད་ཀྱི་སྐོམ་མཆོམས་ལ་མའི་ལུ་གུ་སྒྲན་གྱི་ཡུལ་དུ། ར་ཀན་གསེར་གྱི་རྩོ་རིང་བཅུགས་པ་ཚུན་ཆད། དེ་ནམས་བོད་གངས་ཅན་གྱི་རྒྱལ་ཁམས་སུ་གཏོགས་པའི་ས་ཆ་ད་ཡིན་ཅིང་། རྩོ་རིང་གྱི་དཔངས་ལ། གཞུ་འདོམ་བརྒྱད་ཅུ་རེ་དང་ཞིང་སྤྱོད་ས་རེ་ལ་གཞུ་འདོམ་ཉི་ཤུ་རེ། རྩིང་ན་རྒྱ་ཕིབས་དང་བཅས་པ་ཡོད་དོ་ཟེར་རོ། །

དེང་རུས་ས་གཤིས་རིག་པའི་སྒྲོ་ནས་བཤད་ན། བོད་ཀྱི་ཡུལ་དབུས་ལྷ་ས་ནི་ཤར་ཐིག་91དང་བྱང་ཐིག་30 ཡི་འབྲུད་མཆོམས་སུ་གནས་ཡོད་ཅིང་། ཤར་རུབ་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་དེ་ཤར་ཐིག་78དང་105ཡི་བར་དུ་གནས་པ་དང་། རྩོ་བྱང་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་དེ་བྱང་ཐིག་26ནས་39བར་གནས་ཡོད།

བོད་ལ་ཡུལ་གྱི་ཆེན་པོ་གསུམ་ཡོད་པ་ནི། རྩོད་མངའ་རིས་བསྐྱར་གསུམ། གངས་དང་གཡའི་ར་བ་རྩིང་དང་འདྲ་བ་ལ། ཡུལ་གྱི་ཆེན་པོ་གཅིག་སྤྲད་ལྷ་རེ་ཐུགས་དུག་ནགས་དང་ནའི་སྤྲོངས། ཞིང་དང་འདྲ་བ་ལ་ཡུལ་གྱི་ཆེན་པོ་གཅིག་བར་དུ་དབུས་གཙང་ཅུ་བཞི། བྲག་དང་རྒྱ་འབབ་ས། ཡུར་བ་འདྲ་ལ་ཡུལ་གྱི་ཆེན་པོ་གཅིག་སྟེ། དེ་གསུམ་མོ། །ཞེས་པ་སོགས་པ་རྣམས་དང་། གཞན་ཡང་《ཆོས་འབྱུང་མེ་ཏོག་སྤྱིང་པོ་སྤྲང་ཅི་བཅུད་》ལས། བོད་ཁམས་གསུམ་སྤྱིང་དགུ་བྱ་བ་ན། རིན་པོ་ཆེ་འོད་གྱི་སྤྱིང་དཀར་པོ། རྩོད་ཁམས་གསུམ་གངས་དང་གཡའི་ར་བ་རྩིང་འདྲ་བ་ན། ཤ་བ་དང་དགོ་བ་ལ་སོགས་པ་རི་དྲགས་ཀྱི་ཡུལ་འདྲིན། ཅུ་བཞི་སོག་ཁའི་སྤྱིང་སྤྲང་པ། བར་ཁམས་གསུམ་བྲག་དང་སྤང་གི་གཤོང་ཡུ་བ་འདྲ་བ་ན། རྩེའུ་དང་བྲག་སྤོན་ལ་སོགས་པ་གནས། མ་བྱ་འོད་གྱི་སྤྱིང་སྤྲང་པ། རྩོད་ཁམས་གསུམ་ནགས་ཀྱི་སྤྲོངས་ཞིང་དང་འདྲ་བ་ན། སྤང་པོ་ཆེ་དང་འདབ་ཆགས་ལ་སོགས་པ་ལས། འགོ་བ་མི་བྱ་བ་གཅིག་ཀྱང་མེད། ཅེས་གསུངས། །

དེང་རུས་བོད་རང་སྤྱིང་སྤྲོངས་ཡོངས་ཀྱི་རྒྱ་ཁྱོན་སྤྱི་ལེ་གྲ་བཞི་ས་ཡ་གཅིག་དང་ཉིས་འབུམ་ཉིས་ཁྱི་1220,000 མཆོ་སྤོན་ཞིང་ཆེན་གྱི་རྒྱ་ཁྱོན་སྤྱི་ལེ་གྲ་བཞི་མ་འབུམ་བདུན་དང་ཁྱི་གཉིས་ཅམ་720,870 སི་ཁྱོན་ཞིང་ཆེན་གྱི་བོད་ཁུལ་དུ་རྒྱ་

ཁྱོན་གྱི་ལེ་གྲུ་བཞི་མ་ཉིས་འབུམ་ལྔ་ཁྲི་ལྷག་ཙམ་255,000 ཀན་སུའི་ཞིང་ཆེན་གྱི་
 བོད་ཁུལ་གྱི་ཁྱོན་གྱི་ལེ་གྲུ་བཞི་མ་བཞི་ཁྲི་ལྔ་སྟོང་ཙམ་45,000 ཡུན་ནན་ཞིང་ཆེན་
 གྱི་བོད་ཁུལ་གྱི་ཁྱོན་གྱི་ལེ་གྲུ་བཞི་མ་ཉིས་ཁྲི་བཞི་སྟོང་ཙམ་24,000, ཡོད་ལ་ཀྲང་
 གོའི་བོད་གྱི་ས་ཁུལ་ཡོངས་བསྟོམས་པས། གྱི་ལེ་གྲུ་བཞི་མ་ས་ཡ་གཉིས་དང་
 འབུམ་གཉིས་ཁྲི་དྲུག་ལྷག་ཙམ་ཡོད།

བོད་ཀྱི་མི་འབོར་གྱི་ལོ་ཉིས་སྟོང་གཉིས་ལོ་བསྟོམས་ཅིས་བྱས་པ་ལྟར་ན། བོད་
 རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཁོངས་སུ། བོད་མི་ས་ཡ་གཉིས་དང་བཞི་འབུམ་ལྷག་ཙམ་དང་།
 སི་ཁྲོན་ཞིང་ཆེན་ཁོངས་སུ། བོད་མི་ས་ཡ་གཅིག་དང་འབུམ་གཉིས་མ་བེན་ཙམ་།
 མཚོ་སྔོན་ཞིང་ཆེན་ཁོངས་སུ། བོད་མི་ས་ཡ་གཅིག་དང་འབུམ་གཅིག་མ་བེན་ཙམ་།
 ཀན་སུའུ་ཞིང་ཆེན་ཁོངས་སུ། བོད་མི་འབུམ་གཉིས་ལྷག་ཙམ་། ཡུན་ནན་ཞིང་ཁོངས་
 སུ། བོད་མི་འབུམ་གཅིག་ལྷག་ཙམ་ཡོད་འདུག །བསྟོམས་པས་བོད་ཡོངས་ལ་ས་
 ཡ་ལྔ་ལྷག་ཙམ་ཡོད་འདུག །

ས་བཅད་གཉིས་པ། དེང་ཉུས་ཀྱི་སྒྲོང་ས་དང་གིང་ཆེན་སྒོར།
གུང་ཐོའི་བོད་ཀྱི་སྤྱི་འཛིན་ས་ཁུལ་གྱི་རེའུ་མིག

གཅིག །བོད་རང་སྐྱོང་སྒྲོང་ས།

ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱིམ།			
༡ ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱིམ། 拉萨市	༡ འདམ་གཞུང་རྫོང་ 当雄县	༡ རྩེ་མོ་རྫོང་། 尼木县	༤ རྩོད་ལུང་བདེ་ཆེན་རྫོང་ 堆龙德庆县
༥ རྩུ་ཤུར་རྫོང་། 曲水县	༦ རྟག་ཅེ་རྫོང་། 达孜县	༧ མཁལ་གྱི་གུང་དཀར་ རྫོང་། 墨竹工卡县	༨ ལུན་འབྲུབ་རྫོང་། 林周县
ལྷོ་ཁ་ས་ཁུལ།			
༡ རྩེ་གདོང་རྫོང་། 乃东县	༢ རོང་དཀར་རྫོང་། 贡嘎县	༣ ག་ནང་རྫོང་། 扎囊县	༤ ཟངས་རི་རྫོང་། 桑日县
༥ རྩུ་གསུམ་རྫོང་། 曲松县	༦ རྩུ་ཆ་རྫོང་། 加查县	༧ ལུན་ཅེ་རྫོང་། 隆子县	༨ མཚོ་ལྷ་རྫོང་། 错那县
༩ འཕྱོངས་རྒྱས་རྫོང་། 琼结县	༡༠ མཚོ་སྐད་རྫོང་། 措美县	༡༡ རྩུ་དཀར་ཅེ་རྫོང་། 浪卡子县	༡༢ ལྷོ་བྲག་རྫོང་། 洛扎县
གཞིས་ཀ་ཅེ་གྲོང་ཁྱིམ།			
༡ གཞིས་ཅེ་གྲོང་ཁྱིམ། 日喀则市	༡ འབྲོང་པ་རྫོང་། 仲巴县	༢ ས་དགའ་རྫོང་། 萨嘎县	༣ རྩིད་གྲོང་རྫོང་། 吉隆县
༤ དམ་རིང་རྫོང་། 昂仁县	༥ ལྷ་ཅེ་རྫོང་། 拉孜县	༦ ས་སྐྱ་རྫོང་། 萨迦县	༧ གཉིང་སྐྱེས་རྫོང་། 定结县
༨ གམ་པ་རྫོང་། 岗巴县	༩ དིང་རིང་རྫོང་། 定日县	༡༠ པ་ནམ་རྫོང་། 白朗县	༡༡ རྩུ་ཅེ་གྲོང་ཁྱིམ། 江孜县
༡༢ རིན་སྐྱངས་རྫོང་། 仁布县	༡༣ བཞད་མཐོང་སྐྱོན་ རྫོང་། 谢通门县	༡༤ རྩུ་སྤིང་རྫོང་། 南木林县	༡༥ ཁང་དམར་རྫོང་། 康马县
༡༦ གྱོ་མོ་རྫོང་། 亚东县	༡༧ གཉའ་ལམ་རྫོང་། 聂拉木县		
མངའ་རིས་ས་ཁུལ།			
༡ སྐར་རྫོང་། 噶尔县	༢ རུ་ཐོག་རྫོང་། 日土县	༣ དགེ་རྒྱས་རྫོང་། 革吉县	༤ སྐར་ཅེ་རྫོང་། 改则县
༥ མཚོ་ཆེན་རྫོང་། 措勤县	༦ སྤུ་རངས་རྫོང་། 普兰县		

༤

ནག་ཆུ་ས་ཁུལ།			
༡ ནག་ཆུ་རྫོང་། 那曲县	༢ སྤ་ཆེན་རྫོང་། 巴青县	༣ མོག་རྫོང་། 索县	༤ འབྲི་རུ་རྫོང་། 比如县
༥ ཨ་མདོ་རྫོང་། 安多县	༦ ལྷ་རི་རྫོང་། 嘉黎县	༧ དཔལ་མགོན་རྫོང་། 班戈县	༨ ཤན་ཅུ་རྫོང་། 申扎县
༩ སྟན་རོང་རྫོང་། 聂荣县	༡༠ ཉི་མ་རྫོང་། 尼玛县		
ཉི་ཁྱི་ས་ཁུལ།			
༡ ཉིང་ཁྱི་གོང་བཟུལ་། 林芝县	༢ སྤ་མོག་རྫོང་། 波密县	༣ རྩ་ཡུལ་རྫོང་། 察隅县	༤ མེ་དོག་རྫོང་། 墨脱县
༥ སྤུན་སྲིང་རྫོང་། 米林县	༦ ཀོང་པོ་རྩ་མདའ་རྫོང་། 工布江达县	༧ སྤང་རྫོང་། 朗县	
ཆབ་མདོ་ས་ཁུལ།			
༡ ཆབ་མདོ་རྫོང་། 昌都县	༢ འཛོ་མདའ་རྫོང་། 江达县	༣ གོ་འཛོ་རྫོང་། 贡觉县	༤ སྤར་ཁམས་རྫོང་། 芒康县
༥ མཛོ་སྤང་རྫོང་། 左贡县	༦ རྩག་གཡལ་རྫོང་། 察雅县	༧ དཔལ་ཤོད་རྫོང་། 巴宿县	༨ རི་པོ་ཆེ་རྫོང་། 类乌齐县
༩ རྩེང་ཆེན་རྫོང་། 丁青县	༡༠ ལྷོ་རོང་རྫོང་། 洛隆县	༡༡ དཔལ་འབར་རྫོང་། 边坝县	

གཉིས། སི་ཁྱོན་ཁིང་ཆེན།

དཀར་མཛེས་བོད་རིག་པ་རང་སྤྱོད་ས་ཁུལ།			
༡ དར་མདོ་རྫོང་། 康定县	༢ རོང་བྲག་རྫོང་། 丹巴县	༣ ལྷགས་ཟམ་ཁ་རྫོང་། 泸定县	༤ བརྒྱད་ཟིལ་རྫོང་། 九龙县
༥ འདབ་པ་རྫོང་། 稻城县	༦ རྩག་ཐོང་རྫོང་། 乡城县	༧ རྩེ་རོང་རྫོང་། 得荣县	༨ འབའ་ཐང་རྫོང་། 巴塘县
༩ ལི་ཐང་རྫོང་། 里塘县	༡༠ ཉམ་ཆུ་ཁ་རྫོང་། 雅江县	༡༡ རྩུ་རྫོང་། 道孚县	༡༢ རྩག་མགོ་རྫོང་། 炉霍县
༡༣ གཤེར་རྩ་རྫོང་། 色达县	༡༤ དཀར་མཛེས་རྫོང་། 甘孜县	༡༥ ཉམ་རོང་རྫོང་། 新龙县	༡༦ དཔལ་ཡུལ་རྫོང་། 白玉县
༡༧ རྩེ་དགེ་རྫོང་། 德格县	༡༨ སེར་ཤུལ་རྫོང་། 石渠县		

ར་པ་བོད་རིགས་རང་སྐྱོང་ཁུལ།			
༡ འབར་ཁམས་རྫོང་། 马尔康县	༢ ར་པ་རྫོང་། 阿坝县	༣ འཛམ་ཐང་རྫོང་། 壤塘县	༤ མཛོ་དགེ་རྫོང་། 若尔盖县
༥ གཞི་ཆ་ལྷེ་དགུ་རྫོང་། 九寨沟县	༦ རྩང་ཡོན་རྫོང་། 红原县	༧ རྩང་ཆུ་རྫོང་། 松潘县	༨ ཁྲོ་ཆུ་རྫོང་། 黑水县
༩ མའོ་རྫོང་། 茂县	༡༠ ལུན་ཁྲོན་རྫོང་། 汶川县	༡༡ སྤིང་རྫོང་། 里县	༡༢ བཅན་ལྷ་རྫོང་། 小金县
༡༣ ཆུ་ཆེན་རྫོང་། 金川县			
ནན་རྩན་ལོ་སོ་རང་སྐྱོང་ཁུལ།			
ཁུ་སྤིང་བོད་རིགས་རང་སྐྱོང་རྫོང་། 木里藏族自治县			

གསུམ། མཆོ་སྤྱན་ཁིང་ཆེན།

ཟི་ལིང་གྲོང་ཁྱེར།			
༡ རྩ་ཐང་རྫོང་། 大通县	༢ ཅོང་ཁ་རྫོང་། 湟中县	༣ སྤོང་སྤོར་རྫོང་། 湟源县	
མཆོ་ཤར་ས་ཁུལ།			
༡ སྤོ་ཆང་རྫོང་། 乐都县	༢ བ་ཡན་རྫོང་། 化隆回族自治县	༣ ཐང་དཀར་པོ་རྫོང་། 平安县	༤ ཡ་ཇི་རྫོང་། 循化撒拉族自治县
༥ དཤོན་ལུང་རྫོང་། 互助土族自治县	༦ གཞོང་ཐང་རྫོང་། 民和回族自治县		
མཆོ་སྤྱོད་བོད་རིགས་རང་སྐྱོང་ཁུལ།			
༡ ཆབ་ཆབ་རྫོང་། 共和县	༢ འབའ་རྫོང་། 同德县	༣ ཁྲི་ཀ་རྫོང་། 贵德县	༤ མང་ར་རྫོང་། 贵南县
༥ ཐག་དཀར་རྫོང་། 兴海县			
མ་སྤོ་བོད་རིགས་རང་སྐྱོང་ཁུལ།			
༡ རེབ་གོང་རྫོང་། 同仁县	༢ གཅན་ཆ་རྫོང་། 尖扎县	༣ ཅེ་ཁོག་རྫོང་། 泽库县	༤ སོག་རྫོང་། 河南蒙古族自治县
མགོ་ལོག་བོད་རིགས་རང་སྐྱོང་ཁུལ།			
༡ མ་ཆེན་རྫོང་། 玛沁县	༢ གཅིག་སྤྱི་རྫོང་། 久治县	༣ བད་མ་རྫོང་། 班玛县	༤ དགའ་བདེ་རྫོང་། 甘德县
༥ དར་ལག་རྫོང་། 达日县	༦ མ་སྤོད་རྫོང་། 玛多县		

མཚོ་ཕྱོག་།

ཡུལ་ཤུལ་བོད་རིགས་རང་སྐྱོང་ཁུལ།			
༡ ཡུལ་ཤུལ་རྫོང་། 玉树县	༢ རྩ་ཆེན་རྫོང་། 囊谦县	༣ རྩ་ཆེན་རྫོང་། 杂多县	༤ འབྲི་རྫོང་རྫོང་། 治多县
༥ རྩ་ཆེན་ལེག་རྫོང་། 曲麻莱县	༦ རྩ་ཆེན་རྫོང་། 称多县		
མཚོ་ནུབ་སྐོར་བོད་རང་སྐྱོང་ཁུལ། [[རྫོང་གསུམ། གྲོང་ཁྱེར་གཉིས། འཛིན་སྐྱོང་ཚོགས་གསུམ།]]			
༡ རྩ་ཆེན་རྫོང་། 乌兰县	༢ རྩ་ཆེན་རྫོང་། 都兰县	༣ རྩ་ཆེན་རྫོང་། 天峻县	༤ གོ་མོ་གྲོང་ཁྱེར། 格尔木市
༥ གཏེར་ལེན་ཁ་གྲོང་ཁྱེར། 德令哈市	༦ རྩ་ཆེན་རྫོང་། 冷湖行政委员会	༧ རྩ་ཆེན་རྫོང་། 大柴旦行政委员会	
མཚོ་བྱང་བོད་རིགས་རང་སྐྱོང་ཁུལ།			
༡ འབྲུ་ལག་ཁ་ཆེ་རང་སྐྱོང་རྫོང་། 门源回族自治县	༢ རྩ་ཆེན་རྫོང་། 海晏县	༣ རྩ་ཆེན་རྫོང་། 祁连县	༤ རྩ་ཆེན་རྫོང་། 刚察县

བཞི། ཀའ་སྐྱོང་ཁུལ་གྱི་རྫོང་།

ཀའ་སྐྱོང་བོད་རིགས་རང་སྐྱོང་ཁུལ།			
༡ གཙོ་གྲོང་ཁྱེར། 合作市	༢ རྩ་ཆེན་རྫོང་། 临潭县	༣ རྩ་ཆེན་རྫོང་། 卓尼县	༤ རྩ་ཆེན་རྫོང་། 夏河县
༥ རྩ་ཆེན་རྫོང་། 碌曲县	༦ རྩ་ཆེན་རྫོང་། 玛曲县	༧ རྩ་ཆེན་རྫོང་། 迭部县	༨ རྩ་ཆེན་རྫོང་། 舟曲县
ཞུང་མི་གྲོང་ཁྱེར།			
དཔལ་རིས་བོད་རིགས་རང་སྐྱོང་རྫོང་། 天祝藏族自治县			

ལྷ། ཡུལ་ནུབ་ཁུལ་གྱི་རྫོང་།

ལྷ་ཁུལ་བོད་རིགས་རང་སྐྱོང་ཁུལ།			
༡ ལྷ་ཁུལ་རྫོང་། 香格里拉县	༢ ལྷ་ཁུལ་རྫོང་། 德钦县	༣ ལྷ་ཁུལ་རྫོང་། 维西傈僳族自治县	

འདིར་བཀོད་པའི་མི་འབྲེན་ནི་སྤྱི་ལོ་1982ལོར། མི་འབྲེན་ཞིབ་གཤེར་ཐེངས་གསུམ་པའི་བསྐྱོམས་ཆེས་ལྟར་བཀོད་འདུག་པས། དེ་ནས་ད་བར་མི་ལོ་བརྒྱ་དྲུག་ལྟག་ཅམ་གྱི་རིང་ལ། མི་འབྲེན་གང་འཚམས་ཤིག་འཕེལ་ཡོད་པ་བཤད་མ་དགོས་པ་རེད། སྤྱིར་བོད་ཀྱི་ས་ཆ་ནི་འཛིག་རྟེན་འདིར་ཆགས་སྡེ་ཞིང་དེར་དུས་གྱི་གོ་ལ་རིལ་པོ་འདི་ཉིད་འབྲུབ་བྱེད་གྱི་རྒྱུའི་གཙོ་བོ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ཡུལ་འདིར་སྐམ་ས་ཆགས་པ་ནས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་སྟོན་མངའ་རིས་ནས། སྤྲད་མདོ་ཁམས་བར་གྱི་སྤྱི་མིང་ལ་བོད་ཡུལ་ཞེས་པའི་ས་ཆ་འདིར་བྱང་། ཡུལ་འདི་ཐོག་མར་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་ལ་ལོ་གངས་དུང་ལྷུར་མང་པོའི་རིང་ལ་ཐམས་ཅད་ཕན་ཚུན་ཕུར་ཞིང་བརྒྲར་བ་ལ་བརྟེན་ནས་རིམ་བཞིན་གྱུར་དུ་འབྱར་ཏེ། དེར་དུས་འཛམ་གླིང་ཡང་ཆེའི་སྐམ་ས་ཆེན་པོ་འདི་ཉིད་བྱང་བ་ནི་ཆེན་རིག་མཁན་པོ་ནམས་ཀྱིས་དགོངས་པ་གཅིག་མཐུན་དུ། རོས་འཛིན་གནང་གི་ཡོད་པ་མ་ཟད། གནའ་བོའི་ཡིག་ཚང་རྟིང་པ་ནམས་སུའང་དེ་ལྟར་འཁོད་ཡོད་དེ། ཆོས་འབྱུང་《མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་》ལས། མཚོ་དེ་འཕོལ་བ་ཞི་ཞིང་རབ་དུ་བསེལ། ཀོང་གི་རྒྱ་བརྒྱུག་ཅས་བྱའི་བོམ་ཕྱེ་བས། འུ་བཞི་རྒྱ་ཡི་གང་བ་དེ་འུ་ཐིམ། བོད་ཁམས་ཡུལ་གྱི་ནམ་པ་གསལ་པོར་དོད། ཅས་སོགས་བོད་ཡུལ་འདི་ཐོག་མར་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་པ་ལ་རྗེས་སུ་རིམ་བཞིན་མཚོ་བྱི་ནས་སྐམ་ས་བྱང་ཚུལ་གསུངས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་ལོ་རྒྱུས་ཡུན་རིང་དང་ལྡན་པའི་འཛམ་གླིང་ཡང་ཆེའི་ཐོག་གི་བོད་ཀྱི་ཡུལ་གྱི་འདི་ནི་ཤར་ཕྱོགས་སུ་རྒྱ་ནག་དང་། ལྷོར་རྒྱ་གར། ལུ་པ་ཏུ་པ་ཀི་སི་ཐན། བྱང་ཕྱོགས་ལི་ཡུལ་ནམས་ཀྱི་ས་མཚམས་དང་འབྲེལ་ཞིང་། ས་ཁད་ཀྱང་ཤར་ལྷོ་གཉིས་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་དམའ་བ། ལུ་པ་བྱང་གཉིས་སུ་མཐོ་བ། དཔེར་ན་མངའ་རིས་དང་། ལྷག་ཆུ། མ་སྟོད། རྒྱ་དམར་ལེབ་བཅས་ལ་རྒྱ་མཚོའི་རོས་ལས་མཐོ་ཆོད་སྤྱི་ཁྱིམ་བཞི་སྟོང་ལྷ་བརྒྱལ་སྤྱི་བས་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། རྒྱ་ཡུལ་སོགས་རོང་ཁུལ་དམའ་ཤོས་ནམས་སུ་རྒྱ་མཚོའི་རོས་ལས་མཐོ་ཆོད་ཆེན་སྟོང་བཞི་བརྒྱ་ཅམ་ལས་མེད། ཆ་སྟོམས་ཀྱི་མཐོ་ཆོད་དེ་རྒྱ་མཚོའི་རོས་ལས་མཐོ་ཆོད་སུམ་སྟོང་ཡས་མས་ཅམ་བཤད་ཡོད། སྤྱིར་བཏང་གནམ་

གཤེས་གུང་བ་དང་། མཁའ་དབྱུགས་སྒྲུབ་པའི་རྒྱུན་གྱིས་དཀའ་ངལ་རྒྱུ་ཆེ་
བའི་ས་ཁུལ་ཞིག་ཏུ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཅིང་ཡོད་ཀྱང་། རྟོན་དངོས་ཐོག་ས་ཁམས་
དྲངས་ལ་མཁའ་དབྱུགས་གཙང་བའི་ས་ཁུལ་ཞིག་ཡིན་སྟབས། ཡམས་ནད་དང་།
རིམས་ནད་སོགས། མིའི་ཆེ་སྲོག་ལ་གནོད་པའི་ནད་རིགས་དེ་དག་ས་ཆ་གཞན་
ལས་ཁུང་བ་མ་ཟད། གཏེར་ཁ་དང་། བྱགས་ཆ་ལ། སྤྲུལ་རིགས། རི་དྲགས།
གཙན་གཟན། བྱ་རིགས་སོགས་དངོས་མང་སྤྱོད་འཛོམས་ཀྱི་ས་ཁུལ་ཞིག་ཡིན་པ་
མངོན་སུམ་གྱི་སྤྱང་ཡུལ་འདི་རེད། རི་ཐམས་ཅད་མཐོ་ལ་གཟར་བ་སྟེ་དཔེར་ན།
རྒྱ་མཚོའི་ངོས་ལས་མཐོ་ཚད། མིད་བརྒྱད་སྟོང་བརྒྱད་བརྒྱ་ཞེ་དགུ་ལ་སྟེབས་པའི་
འཛིག་རྟེན་འདིར་མཐོ་ཤོས་ཀྱི་རི་བོ་སྟེ་རོ་མོ་སྤང་མ་ཡུལ་འདིའི་གཙུག་རྒྱུ་ལྷར་
གནས་ཤིང་། གཞན་ཡང་དེ་དང་ཆ་འདྲ་བའི་གངས་དཀར་རྟེ་སེ་དང་། གཉན་
ཆེན་ཐང་ལྷ། ཁོ་ཟེལ་ཁོ་མ། མ་ཆེན་སྟོམ་ར། འཕོ་གངས་དཀར་རི་བོ། རྩང་
བཙན་ཁ་བ་དཀར་པོ་ལ་སོགས་པའི་རི་ཆེན་ཏུ་མ་དག་ལྷན་ཞིང་། རྒྱ་ཐམས་
ཅད་དྲངས་ལ་བསེལ་བ་སྟེ། མ་ཕམ་གཡུ་མཚོ་དང་། གནམ་མཚོ་ཕྱག་མོ།
ཡར་འབྲོག་གཡུ་མཚོ། ཁྱི་ཤོ་རྒྱ་མོ་ལ་སོགས་པའི་འབྲིལ་བའི་མཚོ་དང་། ཡར་
ཡུང་གཙང་པོ། རྒྱལ་མོ་རུལ་རྒྱ། རྩ་རྒྱ། འབྲི་རྒྱ། རྩ་རྒྱ་ལ་སོགས་བབས་
པའི་རྒྱ་བོ་ཐམས་ཅད་ལ་ཉ་སྟམ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་གནས་ཀྱི་སྲོག་ཆགས་རིགས་མི་
འདྲ་བ་ཏུ་མ་གནས་ཡོད། ས་གནི་ཐམས་ཅད་གཏེར་གྱིས་གང་བ་སྟེ། གཟི་དང་།
ཁྲ་མན། ཡུང་སྒྱག་ནལ་ལ་སོགས་པ་མི་ཁྱབ་པའི་ཁམས་ཀྱི་རིན་པོ་ཆེ་དང་། གསེར་
དང་། དརུལ་དང་། ཟགས་ལྷགས་ལ་སོགས་པ་བཟུ་བའི་ཁམས་ཀྱི་རིན་པོ་
ཆེའི་རིགས་དང་། ཁབ་ལེན་དང་། གསེར་རྩོ། དརུལ་རྩོ། ལྷགས་རྩོ་ལ་
སོགས་པ་བཟུ་བའི་ཁམས་ཀྱི་རྩོ་རིགས་དང་། ལྷང་ཆེར། མཐིང་རྒྱས་ལ་སོགས་
མི་བཟུ་བའི་ཁམས་ཀྱི་རྩོ་རིགས་སོགས་གཏེར་ཁ་ཆེ་སྤྲད་པལ་ཏུ་མིད་པ་ཞིག་བོད་
ཡུལ་སྟོང་སྟོང་བར་གསུམ་གྱི་ཚྭ་གས་ཐམས་ཅད་ནས་རྟོན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ཞན་
ཡང་གཙང་པོའི་ཤར་ཚྭ་གས་དང་སྟོ་ཚྭ་གས་ཀྱི་ས་ཁུལ་མང་ཆེ་བ་ཚ་རྩོད་ཞིང་པའི་
ས་ཁུལ་ཏེ། ཅན་དན་དང་། སྟོས་དཀར། སྟོན་ཤིང་། ཐང་ཤིང་། རྒྱགས་

པ། ལྷག་མ་ལ་སོགས་ནགས་ལྷུང་རབ་ཏུ་རྒྱས་པ་དེ་དག་གི་ཁྲོད་ཏུ་རྒྱག་དང་།
 གཟིག་དོམ། དྲིད་ལ་སོགས་པ་གཅན་གཟན་གྱི་རིགས་མི་འདྲ་བ་ཏུ་མ་དང་།
 རྒྱ། གཙོད། ལྷ་བ་ལ་སོགས་པ་རི་དྲགས་གྱི་རིགས་མི་འདྲ་བ་ཏུ་མས་གང་བ།
 ལྷོན་ཤིང་ནམས་གྱི་ཅེ་ན་ནེ་ཙོ་དང་། མ་བྱ། འཛོལ་མོ། ཏུ་ལུ་ལུ་སོགས་པ་སྐད་
 ལྷན་ལྷ་ཚོགས་སྒྲིགས་པའི་བྱ་རིགས་མི་འདྲ་བ་ཏུ་མ་གནས་པ། ར་སྒྱག་གོ་གསུམ།
 ཏུ་གུམ་ལི་གསུམ། ཨ་བ་སྒྱུར་གསུམ་ལ་སོགས་པ་རིང་ཁུལ་ཏུ་རྒྱས་པའི་ཅེ་སྒྲན།
 ཐང་སྒྲན། ཤིང་སྒྲན། སྒོ་སྒྲན་ལ་སོགས་པ་སྒྲན་གྱི་རིགས་སྤྱུར་པ་མ་ཆང་
 བ་མེད་པ། ཀྱ་ཤུད་དང་། ལེ་འབྲ། རྒྱན་འབྲུམ། ངང་ལག་མ། ཆ་ལུ་མ་ལ་
 སོགས་པ་ཤིང་རྟོག་དང་སྒོ་ཆ་ལ་གྱི་རིགས་མི་འདྲ་བ་ནམས་ཐོན་ཁིང་ཡོད་པ་རེད།
 ཐོན་སྐྱེད་གྱི་གཙོ་བོ་ཁིང་ལས་ལ་བྱེད་ཅིང་འབྲས་དང་། སྒྱ། བད། སྒྱ་བོ།
 སོ་བ། སྒྲན་མ། མ་ཚོས་ལོ་རྟོག་ལ་སོགས་པའི་འབྲུ་རིགས་སྒྲ་ཚོགས་པ་སྐྱེ་ཁིང་
 ཡོད་པ་རེད། ཏུས་བཞིའི་གནམ་གཤིས་ཀྱང་ཆ་གང་ཏུང་བད་སྒྲོམས་པོ་ཡིན་པ་
 རྒྱ། རྒྱ་བྱག་དང་། མཚོ་སྒྲ། སྒྲིན་སྒྲིང་། མེ་རྟོག་རྩ་ཡུལ། བཅན་སྒྲ། རྒྱ་
 ཆེན། རྒྱ་སྒྲིང་ལ་སོགས་པའི་ས་ཁུལ་ལྟ་བུ་རེད། གཙང་པོའི་རུབ་སྒྲིགས་དང་
 བྱང་སྒྲིགས་སལ་ཆེ་བ་ནི་རྒྱ་ཆེ་མཐའ་ལས་པའི་རྒྱ་ཐང་ཡིན་ལ། རྩ་རི་དང་གངས་
 རི་མང་པོ་ཡོད་པ་དེ་དག་ཏུ་རྒྱ་རྒྱ་བཟང་ལ་སྒྲན་རིགས་མང་བ་རྒྱ། རྟོང་ལེན།
 བོང་དཀར། སྒོ་ལོ། གཡའ་གྱི་མ། གར་ག་རྒྱང་། བྱ་ཚོད་སྒྲག་པ། དཔའ་
 བོ་དཀར་པོ། སྤང་རྒྱན་མེ་རྟོག་ལྷག་མིག་ཆོར་སྒོན། ལྷག་ཤ། ལྷག་ཆོས། ལྷག་ཏུ།
 གྱི་ལྷེ། ཤང་དྲིལ། མེ་རྟོག་མེར་ཅན་ལ་སོགས་པ་སྒོ་སྒྲན་ལྷ་ཚོགས་སྐྱེ་བ། སྤྱ་ཏ་
 དང་སྒྲིན་ནེ་ལ་སོགས་པའི་ཤིང་སྒྲན་ཡང་ཏུང་བད་སྐྱེ་ཁིང་ཡོད་པ་རེད། རྒྱང་གི་
 དང་། འཕར་བ། བྱང་དྲིད་ལ་སོགས་གཅན་གཟན་གྱི་རིགས་དང་། རྒྱང་།
 འཕྲོང་། ཤ་བ། དཔོ་བ་སོགས་པའི་རི་དྲགས་གྱི་རིགས་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཡོད་
 པ་རེད། ཐོན་སྐྱེད་གྱི་གཙོ་བོ་འཕྲོག་ལས་ཡིན་ཁིང་། སྒོ་སྒྲིགས་ནི་རྟོད་དང་།
 རྟོག་དང་། ལྷག་ནམས་གཙོ་བོ་ཡིན་ལ། རྟོག་ལའང་འབྲི་དང་གཡག་མཛོ་
 དང་མཛོ་མོ་སོགས་གྱི་དབྱེ་བ་ཡོད་པ་རེད། མི་ཆང་སོ་སོས་དག་རྒྱན་དང་།

གཅན་གཟན་འགོག་བྱེད་དུ་བྱི་ཆེན་པོ་བདག་ཡོད་ཅིང་། དེ་ལ་བཙུ་མཐོང་ཆེན་
 པོར་བྱེད། དབྱར་གྱི་དུས་སུ་མེ་ཉོག་སྒྲ་ཆོགས་བཟ་བའི་སྤང་སྤྱོད་སྒྲ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་
 མཛེས་པས་མི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡིད་དབང་འཕྲོག་པ། ཉོན་གྱི་དུས་སུ་ཆེ་ཤིང་རྒྱམས་
 བསྐྱམས་ནས་རི་རྒྱང་གསེར་མདོག་དུ་ཆགས་པ། དབྱར་གྱི་དུས་སུ་གང་ལྷག་ཆེ་
 བས་རྒྱ་པོ་ཐམས་ཅད་དར་གྱི་སྤྱབས་སུ་འབྱམས་པ། རི་རྒྱང་ཁ་བས་ཁེངས་ཏེ་
 དཀར་སང་སང་དུ་འགྱུར་བ། དབྱིད་གྱི་དུས་སུ་རྩ་ལོ་རྩིང་པ་ཟད་ཅིང་གསར་པ་
 མ་སྐྱེས་པས་རི་རྒྱང་ཐམས་ཅད་ནག་པོར་ཆགས་པ་བཅས་དུས་བཞིའི་རྒྱུ་འབྱུར་
 ཏེ་ཅང་གསལ་བ། དགོ་སྦྱིད་དང་། སྒྲེར་ཅེ། བྱ་རྒྱ། རྒྱ་དམར་ལེབ། མཚོ་
 ཉོན་པོའི་ཉིན་གྲིབ། མ་སྦྱོད། མགོ་ལོག། གསེར་ཐར་སོགས་ཀྱི་ས་ཆ་རྒྱམས་
 རེད། ལྷོ་བྱང་གཉིས་ཀྱི་དཀྱིལ་དྲང་པོར་ཤར་མཐའ་ནས་རྒྱབ་མཐའི་བར་ལྷལ་གྱི་
 མང་ཆེ་བར་རོང་མ་འཕྲོག་གི་ས་ཁུལ་ཏེ། ཁིང་འཕྲོག་གཉིས་ཀའི་ཐོན་སྐྱེད་རྒྱུ་
 ཟད་རེ་དར་བ། རྩ་ཐོག་རྩ་མདལ། ཆབ་མདོ། སྤེ་དགོ། ཉག་རོང་། མི་
 ཉག་རྒྱལ་རོང་། བསང་ཁོག་ཁབ་ཆ་ལ་སོགས་པའི་ས་ཁུལ་རྒྱམས་རེད། །

ལེའུ་གསུམ་པ། བོད་མི་རིགས་ཁྱིམ་པ།

བཅད་དང་ལོ། བོད་མིའི་འགྲོ་བ་ཚོལ་མར་

བྱང་ཚུལ་བཤད་པ།

དེར་སྐབས་འཛིག་རྟེན་འདིར་མིའི་འགྲོ་བ་བྱང་ནས་ལོ་རྒྱུ་ས་ཡ་གསུམ་ལ་ཉེ་
བའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པར་ངོས་འཛིན་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། གྲུང་གོའི་ལོ་རྒྱུས་
ལ་ཆ་མཚོན་ན། དུན་ནན་ཁིང་ཆེན་གྱི་ཡོན་མོའི་ས་ཁུལ་རུ་སྤྱི་མི་བྱང་ནས་ལོ་རྒྱུ་
ས་ཡ་གཅིག་དང་བདུན་འབུམ་ལྷ་ཁྱིམ་ཅམ་སོང་ཡོད་པ་དང་། བོ་ཅིང་གི་སྤྱི་
མི་བྱང་ནས་ལོ་རྒྱུ་འབུམ་ལྷ་ཁྱིམ་ཅམ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། སྤྱི་
ལོ་1999ལོའི་ཟླ་6པའི་ཆེས་2ཉིན། གྲུང་དབྱང་བརྒྱན་ཕྱིན་ལས་གསལ་བསྐྱབས་
བྱས་པ་ལྟར་ན། ཀན་སུའུ་ཁིང་ཆེན་གྱི་ས་ཁུལ་ཞིག་རུ་ལོ་རྒྱུ་ས་ཡ་གཅིག་ལྷ་ཁྱིམ་
ཅམ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པའི་མི་རྒྱུ་རྒྱུར་རྒྱུ་ཞིག་རྟེན་པས། གྲུང་གོའི་ལོ་རྒྱུས་ཚོག་
མིའི་འགྲོ་བ་བྱང་ནས། ལོ་གངས་ས་ཡ་གཅིག་ལྷ་ཁྱིམ་ཅམ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པར་སྤྱོད་
བྱང་ཡོད། རྒྱ་མཚན་འདིས་སྤོན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་ཚུལ་ལས་ལོ་རྒྱུ་འབུམ་སྐྱབ་
གསུམ་ཅམ་ཞིག་སྤྱི་ལོ་ཡོད་ཅེས་ཟེར། སྤྱིར་བཏང་གནའ་བོའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་
ཞིབ་འཇུག་བྱ་བའི་སྐབས་སུ། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱ་ཆ་རྒྱུང་པ་རེ་གསལ་རུ་རྟེན་སྐབས།
སྤྱིར་གྱི་བཤད་ཚུལ་གྱི་རྒྱ་ཆ་ཚོད་དེ་ལ་འགྱུར་ལྡོག་གང་འཚམས་རེ་འགྲོ་ཞིང་ཡོད་
པ་ནི་དཔང་རྟགས་གསལ་པའི་བདེན་དོན་ཞིག་རེད། ང་ཚོ་བོད་ཀྱི་མི་རིགས་
གྲུང་དེ་དང་རུས་མཚུངས་ཅམ་ཡིན་ཞེས་བཤད་ཆོག་སྟེ། སྤྱི་ལོ་1978ལོར་ཤན་ཆ་
དང་། གྲག་རྒྱ་ས་ཁུལ་སོགས་ནས་སྤོག་ཆགས་ཀྱི་འགྱུར་རྒྱུ་མང་པོ་རྟེན་པ་དེ་
དག་ལ་བརྟམས་ན། བོད་ལྗལ་འདིར་སྤོག་ཆགས་གནས་ནས་ལོ་རྒྱུ་ས་ཡ་གཅིག་ཅམ་
སོང་ཡོད་པར་བཤད་ལ། སྤྱི་ལོ་1998ལོར་ཆབ་མདོར་མི་ཡི་རྒྱུང་རྒྱུས་མི་གྱི་1.50

ཡོད་པའི་འགྱུར་རྩི་ཆེན་པོ་ཞིག་ཐོན་པ་དེ་དག་ལ། གནའ་རྒྱུ་ཆེད་རམས་པ་
 རྒྱུ་ཆེད་རམས་ཀྱིས་བརྟག་པ་ལྟར་ན། ལོ་ངོ་རྒྱུ་ཆེད་རམས་ཀྱིས་ལོ་རྒྱུ་ཆེད་པ་
 གཏན་འཁེལ་བྱས་ཡོད་པ་རེད། བྱས་ན་ཡུལ་འདིར་འགོ་བ་མའི་རིགས་བྱང་ནས་
 ཏ་ལམ་དེ་དག་དང་རྒྱུ་ཆེད་རམས་ཅམ་ཡིན་པར་རྒྱུ་ཆེད་པ་བྱས་ཆོག །ང་ཚོ་
 བོད་ཡུལ་འདིར་ས་འོག་གི་གནའ་རྒྱུ་ཆེད་རམས་སྟོན་བཞེས་བྱེད་རྒྱུ་དངོས་གཞིའི་ལས་ཀ་
 ཡག་པོ་ཞིག་ད་བར་རྒྱ་འགོ་བཅུགས་ཡོད་པ་མ་རེད། ལྟག་པར་རྒྱ་གནའ་བོའི་
 རྒྱུ་ཆེད་རམས་དང་རིག་གནས་དར་བྱུང་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་ཁྱད་ཁྱེད་མངའ་རིས་ཀྱིས་ཁྱུ་
 འདི་དག་ན་གནའ་རྒྱུ་ཆེད་རམས་དཔྱད་ཀྱི་དངོས་གཞིའི་ལས་ཀ་ངོ་མ་ཞིག་ད་བར་
 རྒྱ་བྱས་ཡོད་པ་མ་རེད། བྱས་ཅང་མ་འོངས་པ་ན་ལྱང་པ་འདི་དག་ལ་གནའ་
 རྒྱུ་ཆེད་རམས་འཇུག་གི་ལས་ཡག་པོ་ཞིག་བྱེད་རྒྱུ་བྱུང་ན། བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པའི་
 གནའ་རྒྱུ་ཆེད་རམས་མང་པོ་ཞིག་རྒྱུ་ཆེད་རམས་ཡོད་པ་གཞིར་བཅས། བོད་ཀྱི་གནའ་བོའི་རིག་
 གནས་དང་ལོ་རྒྱུ་ཆེད་རམས་ཀྱི་ལྟ་ཚུལ་ལའང་། འགྱུར་ལྟ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཏན་ཏན་ཡོད་ཀྱི་
 རེད། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་ཆེད་རམས་སྟོན་དང་མ་བྱུང་གི་གཞིའི་འདུས་པ་ལས་བོད་
 མི་རིགས་འདི་ཐོག་མར་བྱུང་བར་བཤད་ཡོད་ཀྱང་། དེའང་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་ཆེད་རམས་
 རྒྱུ་ཆེད་རམས་ཀྱིས་བོད་ཀྱི་ཡུལ་འདིར་འཕགས་པ་སྟུན་རས་གཟིགས་ཀྱི་གདུལ་ཞིང་ཡིན་
 ལྟ་བུས་པ་སྟུན་དེ་སྟུན་རས་གཟིགས་ཀྱི་སྟུལ་པ་དང་། མ་བྱུང་གི་མི་རྒྱུ་ཆེད་རམས་
 སྟོན་མའི་སྟུལ་པ་ཡིན་ཚུལ་ལྟ་སྟུང་དང་སྟུང་ནས་བཤད་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན།

《ཆོས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་》ལས།

- དེ་ནས་མི་ཡི་འགོ་བ་བྱུང་ཚུལ་ནི།
- ཐུགས་རྒྱུ་ཆེད་རམས་སྟུན་རས་གཟིགས་དབང་དེས། །
- བོད་ཡུལ་ཡི་རྒྱུ་ཆེད་རམས་རྒྱུ་ཆེད་རམས་ཀྱི་འགོ་བ་ཀྱན། །
- མི་ལུས་ཐོབ་རྒྱ་རྒྱུ་ཆེད་རམས་གཟིགས་ནས། །
- པོ་ཏ་ལ་ཡི་རི་ལ་གནས་པ་ཡི། །
- སྟུ་ཞིག་སྟུལ་ཡོངས་རྒྱུ་ཆེད་རམས་དག་བསྟེན་བྱིན། །
- ཏིང་འཛིན་རྒྱུ་ཆེད་རམས་ལྟར་པར་བྱིན་བརྒྱབས་ནས། །

ཁ་བ་ཅན་གྱི་ཡུལ་འདིར་སྒྲོམ་དུ་བཏང་། །
 དེ་ཡིས་བྲག་རི་རོག་པོ་ཅིག་དུ་བསྒྲོམས། །
 བྱམས་དང་སྡིང་རྩེ་བྱང་རྒྱུ་སེམས་སྦྱིད་སྦྱངས། །
 རྟོང་པ་ཉིད་ལ་མོས་པས་སྦྱང་བའི་ཆོ། །
 ལྷ་མོ་སྒྲོལ་མས་སྦྱུལ་པ་བྱས་པ་ཡི། །
 བྲག་སྡིན་མོ་ཞིག་དེར་འོངས་ཆགས་པའི་བར། །
 ཉིན་ཞག་འགའ་བྱས་སྤྱུའི་སེམས་མ་གཡོས། །
 ཕྱི་ནས་མི་མོ་མཛེས་པར་ལུས་བསྐྱར་ནས། །
 བདག་གི་བྱིམ་ཐབ་མཛོད་ཅིས་གསོལ་བ་བཏབ། །
 སྤྱུའི་ང་ནི་འཕགས་པའི་དགོ་བསྟེན་ཡིན། །
 དེ་ལྟར་མི་འུང་སོང་ཞིག་ཞེས་སྒྲས་པས། །
 ཐ་མར་སྡིང་རྩེར་བྱ་ཞིང་སྤྱོད་སྤྱོད་འདོན། །
 བདག་ནི་ལས་ཀྱིས་སྡིན་མོའི་རིགས་སུ་སྦྱོས། །
 བྱོད་ལ་ཆགས་ཞིང་ཞེན་པས་གསོལ་བ་འདེབས། །
 བྱོད་ཀྱིས་བདག་གི་བྱིམ་ཐབ་མི་བྱེད་ན། །
 ཐ་མར་སྡིན་པོ་ཅིག་དང་འགྲོགས་ནས་ནི། །
 ཉིན་ཞག་རེ་ལའང་སྟོག་ཆགས་བྱི་སྤྱོད་གསོད། །
 སྡིན་པོའི་སྤྱུ་ཁྱ་འཁེལ་བས་གང་ཁྱར་ཏེ། །
 ཁ་བ་ཅན་འདི་སྡིན་པོའི་སྡིང་དུ་འགྱུར། །
 འཛམ་སྡིང་སྤྱོད་པོ་མ་ལུས་བྱ་བར་བྱེད། །
 དེ་བས་བདག་ལ་དགོངས་མཛོད་ཟེར་ཞིང་བྱས། །
 སྤྱུ་སྡིང་རྩེས་བརྒྱན་གྱར་ཅི་བྱ་སྤྱོད། །
 སྤྱང་ཅིག་ཅམ་གྱིས་པོ་ཏ་ལ་འུ་སོང་། །
 བདག་གིས་དགོ་བསྟེན་སྟོམ་པ་སྟོག་བཞིན་བསྐྱངས། །
 བདུད་རིགས་སྡིན་མོས་བདག་ལ་འདི་ལྟར་གཙུགས། །

དེ་ལས་ཐབས་གང་གིས་ནི་སྤྱད་བར་དགྱིད། །
 བྱམས་མགོན་ཐུགས་ཅན་གྱིས་གཟིགས་སུ་གསོལ། །
 འཕགས་པའི་ཞལ་ནས་དེ་ཡི་བྱིས་ཐབ་གྱིས། །
 བྱོད་གྱི་གཞན་དོན་རྒྱབས་ཆེན་འགྱུར་རོ་གསུངས། །
 འཕགས་མ་ཁྱོ་གཉེར་ཅན་དང་སྒྲོལ་མ་ཡིས། །
 དེ་ནི་ཤིན་ཏུ་ལེགས་ཅིས་མཐུན་གྱུར་མཛད། །
 ཐོད་ཁམས་ཁ་བ་ཅན་གྱི་ཡུལ་འདི་རུ། །
 ཐུབ་བསྟན་དར་རྒྱས་ཡུན་རིང་གནས་པ་དང་། །
 དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་རྒྱན་མི་འཆད་པ་དང་། །
 རིན་ཆེན་གཉེར་ཁ་རུ་མ་བྱེ་བ་སྟེ། །
 ཡོན་ཏན་གསུམ་དང་ལྡན་པ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས། །
 སྦྱལ་པའི་སྤྱུ་བྲག་གིན་འདུས་པ་ལས། །
 རིགས་རྒྱག་ནས་འཕོས་སྤྱུ་རྒྱག་རྒྱག་ཞིག་བྱང་། །
 གཅིག་ནི་དབྱལ་བའི་གནས་ནས་ཆོ་འཕོས་པས། །
 རོ་ནག་མི་སྦྱག་སྦྱག་བསྐྱོན་ཆེ་བར་སྤྱང་། །
 ཡི་དྲགས་ནས་འཕོས་ཟས་སྤྱེད་སེར་སྤྱ་ཆེ། །
 རུད་འགོའི་སྒྲེ་བ་སྒྲིན་ལ་གཟུགས་བྱད་དན། །
 ལྷ་མིན་ནས་འཕོས་སྤུ་ལ་སྤྲག་དོག་ཆེ། །
 མི་ནས་འཕོས་སེ་སེམས་རུང་ཤེས་རིག་རྒྱས། །
 ལྷ་ལས་འཕོས་དེ་རྒྱད་དགོ་བྱད་བཞིན་བཟང་། །
 དེ་ཀྱན་པ་ཡི་ཤིང་ཏྲོག་གིས་གང་བ། །
 རྒྱས་མ་བྱ་ཆོགས་ཅན་ཞེས་བྱ་བར་བསྐྱལ། །
 ལོ་འགའ་ལོན་ནས་ལ་བལྟ་རུ་བྱིན་པའི་ཆོ། །
 དེ་ལས་མི་མིན་སྤྱུ་མིན་བཞི་བརྒྱར་འཕེལ། །
 ཤིང་ཐོག་ཟད་ཅིང་བཀེས་པས་འཐབ་ཅིང་ཚུད། །

ཡི་དྲགས་ལྟ་བུ་སྒྲིང་རྗེའི་གནས་སུ་མཐོང་། །
 རང་གིས་གསོས་པས་མ་སོས་རབ་རྩ་ངལ། །
 འཕགས་པའི་རྩུང་རྩུ་ཐལ་སྒྱུར་གསོལ་བཏབ་པ། །
 གྱི་མ་གྱི་མ་ཐབ་འཁོར་བའི་བཙོན་ར་དང་། །
 བྱད་མེད་བརྟུང་གྱི་ཕོ་ཉ་མ་ཤེས་ལ། །
 འདོད་པ་རྩག་གི་ལོ་མར་མ་རྟོགས་པས། །
 བྱ་ཆ་འཁོར་བའི་འདམ་རྩུ་བདག་ཚུད་དོ། །
 སྒྲིང་རྗེས་ཆགས་པར་གྱུར་པས་བདག་བསྐྱུས་ཏེ། །
 འདོད་པས་བསྐྱུས་ཅིང་རྩག་བསྐྱུས་རི་ཡིས་ལོན། །
 ཉོན་མོངས་རྩག་ཟོས་ལས་ངན་རིམས་གྱིས་བཏབ། །
 རྩག་བསྐྱུས་ཐུང་པོས་བདག་ཉིད་བསྐྱུས་པར་གྱུར། །
 གྱི་རྩད་ད་ནི་བྱ་ཆ་རི་ལྟར་གསོ། །
 འཕགས་པའི་བཀའ་བསྐྱབས་བདག་ནི་འདི་ལྟར་གྱུར། །
 ད་ལྟ་ཡི་དྲགས་གོང་གྱིར་དངོས་སུ་འདུག།
 ཐྱི་མ་དཔལ་བར་སྐྱེ་བར་ཐེ་ཚོམ་མེད། །
 བུམས་མགོན་བདག་ལ་སྐྱོབ་པར་མཛོད་ཅེས་གསོལ། །
 རྒྱན་རས་གཟིགས་དབང་ཞལ་ནས་རིགས་གྱི་བྱ། །
 རྩག་བསྐྱུས་མི་དགོས་ཁྱོད་གྱི་སྐྱོད་པ་ལེགས། །
 རིགས་གྱི་བྱ་རྒྱུད་དེ་རྣམས་མིར་གྱུར་ནས། །
 སངས་རྒྱས་བཏྲན་པ་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་འགྱུར། །
 དེ་ཀྱན་ང་ཡིས་ཆོས་དང་ཟང་ཟིང་གིས། །
 ཀྱན་ནས་སྐྱོང་ཞེས་བཞེངས་ཏེ་བོད་ཡུལ་གཟིགས། །
 རི་རབ་ཟོམ་ནས་འབྲུ་སྒྲ་ལྟ་བུ་སྐྱངས་ནས།

① གྱི་ སྐྱན་ བྱ་ སོ། སྐྱངས་ཏེ།

ཐོད་དུ་གཏོར་བས་མ་ཆོས་ལོ་ཏྲག་བྱས། །
 རིན་ཆེན་ལྷ་ལྷ་ཕྱག་གིས་བཅུས་ནས་གཏོར། །
 སྒོན་ལམ་མཛད་པས་མ་འོངས་སྐབས་སྐབས་སུ། །
 རིན་ཆེན་གཏོར་ཀྱན་མ་ལས་རིམ་གྱིས་འབྱང་། །
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་རང་གི་རིགས་རྒྱད་ནམས། །
 བྲིད་དེ་མ་ཆོས་པ་ཡི་ལོ་ཏྲག་བསྟན། །
 ལོ་ཏྲག་བོས་པས་དེ་ཀྱན་མི་ཉིད་ཀྱང་། །
 མ་ཆོས་འབྱུང་བ་གོས་སུ་ཤིང་ལོ་ཏྲག་། །
 བྱས་ན་རི་དྲགས་ལྷ་བྱར་གནས་པ་ཡི། །
 སྒོ་དང་མོན་ལྷར་སྒྱུད་པས་ཐོད་ཡུལ་གང་། །
 ཀྱན་ཀྱང་པ་རིགས་མ་རིགས་གཉིས་སུ་གནས། །
 རྒྱུ་བྱང་སེམས་པ་ཡི་རིགས་བྱང་ནམས། །
 དད་བཙོན་བཅེ་ལྷན་གཏོར་ཐོད་དག་ལ་དགལ། །
 རྒྱད་འཇམ་ཆོག་བཅུན་སྒྲུ་མཁས་ངང་རྩལ་བཟང་། །
 འོན་ཀྱང་སེམས་རྒྱུད་ལུས་སེམས་ཡང་བ་ཡིན། །
 བྲག་སྒྲིན་མ་ཡི་རིགས་ཀྱར་གཙོ་ཆེ་ནམས། །
 ཉོན་མོངས་ཆེ་ཞིང་འགྲན་སེམས་སྒྲག་དོག་རྒྱས། །
 ཟས་ཅོར་ལ་སྲིད་ཁྲོ་གདུམ་གཞན་སྒྲོན་སྒྲོག། །
 འོན་ཀྱང་ལུས་ཤིང་སྤྱིང་སྤྱོདས་ཆེ་བ་ཡིན། །
 གཉིས་ཀ་སྒྲུལ་པ་ཡིན་པས་མི་ཀྱན་ཀྱང་། །
 ཆོས་ཀྱི་སྒྲོད་ཏུ་བྱང་བ་མང་བ་ཡིན། །
 དེ་ལྷར་ཐོད་ཡུལ་མི་ཡི་འགོ་བ་དང་། །
 ཞེས་ཐོད་ཀྱི་ཡུལ་དུ་མིའི་འགོ་བ་བྱང་རྩལ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་གསུངས་ཡོད་པ་འདི་ནི་

① གསེར། དདུལ། ཟངས། ལྷགས། བཤལ།

གནའ་བོའི་བོད་མིའི་འགྲོ་བ་བྱང་ཚུལ་སྒྲིལ་གྱི། ཡིག་ཆ་རྣམས་ཀྱི་བཞེད་དོན་
 ཚུགས་བསྐྱེད་བྱས་ནས་བཀོད་པ་ཞིག་རེད།

ས་བཅད་གཞིས་པ། བོད་མིའུ་གཏུང་རྒྱལ་བྱང་ཚུལ་བཤད་པ།

དེ་ལྟར་སྒྲེལ་སྒྲིལ་འདུས་པ་ལས་བོད་མིའི་འགྲོ་བ་བྱང་བའི་རྗེས་སུ་རྒྱལ་ཡུན་
 རིང་པོ་ཞིག་གི་བར། མི་རྣམས་བསྐྱེད་པ་ཡ་ཐོག་གི་བྱུང་མོང་གི་འཆོ་བ་སྒྲེལ་བའི་
 རྒྱལ་མཐུག་ཅུམ་ལ། མི་རྣམས་སློ་རིག་ཡར་རྒྱས་སྒྲིལ་ནས་རང་རང་གི་ས་ཆ་དང་
 ཡུལ་གྱི་བདག་ཏུ་བཟུང་ཤེས་པར་བྱང་བ་དང་། ཐོན་རྒྱས་ཀྱི་ལྷག་མ་གསོག་
 འཛོག་བྱེད་སྒོལ་བྱང་བའི་སྒྲིལ་གྱིས་མི་རྣམས་ཕན་ཚུན་ནང་མི་མཐུན་པར་ཆགས་
 ཏེ་ས་ཆ་སོ་སོར་གྱིས་ཏེ་ཆོ་པར་ཆགས་པའི་ཐོག་མར་སྤྱ། འགྲ། སྤྱ། ལྷོང་བཞི་
 ཞེས་པ་བྱང་བ་ལ་ཆ་བའི་རྒྱལ་ཆེན་བཞི་ཟེར། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་རྒྱལ་ཆེན་སྡེ་
 ལྷ་དང་། མིའུ་གཏུང་རྒྱལ། ལྷོང་གི་རྒྱལ་ཆེན་བཅོ་བརྒྱད་ལ་སོགས་པའི་དབྱེ་
 བ་དེ་དག་གྱིས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡང་སྤྱ་འགྲ། སྤྱ་ལྷོང་བཞི་པོ་དེ་རྣམས་ཀྱིས་ཡུལ་
 གང་དང་གང་བཟུང་ཡོད་ཅེ་ན། རྒྱལ་མཛོད་མེ་ཏོག་སྒྲིལ་ཆོལ་ལས། གནའ་
 བོའི་རྗེ་གཉའ་ཁྲི་བཅན་པོ་ཡན་ཆད་ཀྱི། རྒྱལ་ཕྱན་བཅུ་གཞིས་བྱང་བ་དེ་རྣམས་
 ཡུལ་མི་ཉག་ནས་ལྷོང་རིགས་དང་། དེ་བཞིན་སུམ་པ་ནས་འབྲུ་རིགས། ཞང་
 རྒྱང་ནས་སྤྱ། འ་ཞ་ནས་སྤྱ་བྱང་སྡེ་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་རེ་མཛོད་པའི་མི་རྒྱུད་མཆེད་
 པ་ལྟར་འདུག་པ། ཞེས་སོགས་གསུངས་ཡོད་པ་འདི་ཡིས་ཐོག་མའི་རྒྱལ་ཆེན་
 བཞི་པོ་དེ་དག་རྒྱལ་པོ་གཉའ་ཁྲི་བཅན་པོའི་གོང་ནས། དེང་རྒྱལ་གྱི་ཡུལ་གང་
 དང་གང་ལ་ཆགས་ཡོད་པར་ཤེས་ཐུབ་སྟེ།

1 ལྷོང་གི་རིགས་རྒྱུད་དེ་དག་གིས་བཟུང་བའི་ཡུལ་ནི་མི་ཉག་གི་ཡུལ་སྟེ། སྐབས་
 དེར་ཁམས་སྤྱད་ཚུགས་ཀྱི་ས་ཆ་འདི་དག་ལ་ཟེར་ཞིང་ཡོད་འདུག།

2 འགྲའི་རིགས་རྒྱུད་དེ་དག་གིས་བཟུང་བའི་ཡུལ་ནི་སུམ་པའི་ཡུལ་སྟེ། སྐབས་
 དེར་ཁམས་སྤྱད་ཚུགས་ཀྱི་ས་ཆ་འདི་དག་དང་། དབུས་ལྷ་སའི་བྱང་ཚུགས་ཀྱི་ས་
 ཆ་འདི་དག་ལ་ཟེར།

3 སྤྱའི་རིགས་རྒྱུད་དེ་དག་གིས་བཟུང་བའི་ཡུལ་ནི་ཞང་ཞུང་གི་ཡུལ་སྟེ། སྐབས་

དེར་མངའ་རིས་དང་། ལ་དྲགས། གཙང་གི་ས་ཚྭ་གས་འདི་དག་ལ་ཟེར།
 4 སྒྲིའི་རིགས་རྒྱུད་དེ་དག་གིས་བཟུང་བའི་ཡུལ་ནི་འ་ཞའི་ཡུལ་ཏེ། སྒྲུབས་དེར་
 མཆོ་སྒོན་མོའི་སྒྲིགས་ཀྱི་ས་ཆ་འདི་དག་ལ་ཟེར་ཞིང་ཡོད་པ་རེད། རྟག་ཆང་
 དཔལ་འབྱོར་བཟང་པོའི་《རྒྱ་བོད་ཡིག་ཆང་》ལས། བོད་མིའུ་རྒྱུད་རྒྱག་ཏུ་སྒོལ་
 ཏེ། དེའང་སྒོན་དང་པོ། ཡུལ་དམའ་ཁ་ཤུ་གཡག་ཁུར་གྱི་གོང་ཁ་བྱ་བར། སྤྱིད་
 པའི་རྒྱལ་བྱ་ཐིང་གི་ཞེས་པ་ལ། བྱ་གསུམ་བྱང་བ། རྒྱ་བོད་རྟོར་གསུམ་རྒྱ་གྲུས་
 པའི། བོད་མི་སྤྱི་དོ་ཆེན་པོ་བྱ་བ་དེ་ལ། བྱ་རྒྱག་བྱང་བ་ནི། དབྱའ་འབྲུ་སྤོང་
 གསུམ་སྒྲ་དང་བཞི། ཁུ་བོ་དབས་བཅའ་གཉིས་དང་རྒྱག་པོད་ཀྱི་མིའུ་རྒྱུད་རྒྱག་
 དེས། །དམའ་ཁ་ཤུ་རས་འདེབས་རྟག་པ་དེར། །ད་མི་གསུམ་བྱ་རྒྱག་ས་བཤོས་
 བྱས། །སྤོང་གིས་ས་མ་ལེ་པར་ཐོབ། །དབྱ་ཡིས་དབྱ་མོ་རབ་བཀྲ་ཐོབ། །འབྲུ་
 ཡིས་འབྲུ་མོ་སྤོང་ཐོབ་ཐོབ། །སྒྲ་ཡིས་སྒྲར་མ་མེ་པོ་ཐོབ། །དབས་བཅའ་རྒྱ་བོད་
 ས་མཆོམས་སྤྱ། །མཆོམས་ཀྱི་མདའ་དར་གོང་མ་བཟུང་། །དེ་ལ་ཆེ་རྒྱུད་གོང་
 བ་མ་ཤོར་པའི། །པོ་བོ་སྤོང་གི་བྱ་རྒྱུད་ཡིན། །མཐུ་ཆ་དམ་ཆོག་མ་ཉམས་པ། །
 སེ་བྱང་དབྱ་ཡི་བྱ་རྒྱུད་ཡིན། །དཔའ་རྒྱ་རྟག་མཆེར་སྤེར་མ་ཉམས་པ། །ཞ་ལྷགས་
 འབྲུའི་བྱ་རྒྱུད་ཡིན། །ལྷགས་གཡང་མོའི་འཁལ་ཆོལ་མ་ཁུ་བ། །རྒྱ་ཆ་སྒྲ་ཡི་བྱ་
 རྒྱུད་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

1 བྱ་བོ་སྤོང་གི་ཡུལ་ནི། 《རུས་མཛོད་མེ་རྟོག་སྤྱེད་ཆལ་》ལས། མི་ཉག་གི་
 ཡུལ་སྤེ་ཁམས་ཀྱི་ཤར་སྤོ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲིགས་སུ་གནས་པའི་ཡུལ་གྱི་འདི་དག་ལ་ཟེར།
 དེ་ལ་འང་དཀར་པོ་སྤོང་དང་། བྱ་པོ་སྤོང་། བྱ་བོ་སྤོང་། ལྷག་པོ་སྤོང་སྒྲིགས་
 ཀྱིས་དབྱེ་བ་ཡོད་པར་གྲགས་ལ། རྒྱ་བོད་ཡིག་ཆང་ཆེན་མོ་ལས། ད་པོ་བོ་སྤོང་
 ལ་མཆེད་རྒྱག་ཡོད། །སྤོང་ན་སྤོང་ཆལ་འབྲིང་ཡས་གཉིས། །བར་ན་རོ་འཛེག་རག་
 ཤི་གཉིས། །སྤོང་ན་མི་ཉག་གི་ཐན་གཉིས། །ཆེ་རྒྱག་མཆོན་ན་བཅུན་རྒྱག་སྤེ། །
 བི་རི་ལ་མདོ་དང་སྤྱིང་པ་གཉིས། །རོ་འཛེག་ལ་ཕུ་བ་དང་མདའ་པ་གཉིས། །
 ཀྱི་ཐག་ལ་རྒྱས་བསྐྱས་ཆེ་རྒྱུད་གཉིས། །དེ་ཆེ་བཅུན་སྤེལ་མ་བཅུས་གཉིས་ཡིན། །
 ཞེས་པར། མཆེད་རྒྱག་གི་བྱ་བ་པའི་ཡུལ་ནི། སྤོང་བ། འབྲིང་ཡས། རོ་འཛེག་ །

རག་ཤི། མི་ཉག་གི་ཐག་བཅས་ཀྱི་ཡུལ་ནམས་ཡིན། །བཅུན་དུག་གི་བྱབ་པ་འི་
ཡུལ་ནི། བེ་རི་མདོ་པ་དང་སྒྲིང་གཉིས། རོ་འཛོག་ཕུ་པ་དང་མདའ་པ་གཉིས། གྱི་
ཐན་རྒྱས་པ་དང་བུམ་པ་གཉིས་བཅས་ཀྱི་ཡུལ་ནམས་ཡིན།

2 ལ་ལྷགས་འབྲུ་ཡི་ཡུལ་ནི། 《ཅུས་མཛོད་མེ་ཏོག་སྦྱེད་ཚལ་》ལས། ལུམ་པ་འི་
ཡུལ་སྟེ། ལམས་ཀྱི་རུབ་བྱང་ཕྱོགས་ཀྱི་ཡུལ་གྱི་ནམས་དང་ལྷ་ས་འི་བྱང་ཕྱོགས་ཀྱི་
ཡུང་པ་འདི་དག་ལ་ཟེར། རྒྱ་བོད་ཡིག་ཚང་ལས། བྱི་ཟམ་འབྲུ་ཡི་ཆེ་དུག་དེ། །
ཤར་ན་གྱི་དང་རོང་པོ་གཉིས། །ལྷོ་ན་རྩེ་དང་རི་ཐོ་གཉིས། །སྤང་ན་འབྲོམ་དང་
རོ་རྩོ་གཉིས། །ཆེ་དུག་མཆོན་གྱི་བཅུན་དུག་དེ། །སྤུས་པ་སྤྱོས་དང་ཆ་སྤྱོས་གསུམ། །
ཞུག་པས་སྟོང་ཉེ་ཉེ་སྟག་གསུམ། །བཅུན་སྟེལ་མ་བཅུ་གཉིས་ཡིན། །ཞེས་པར།
འབྲུ་ཡི་ཆེ་དུག་གི་བྱབ་པ་འི་ཡུལ་ནི། གྱི་རོང་པོ། རྩེ། རི་ཐོ། འབྲོམ། རོ་རྩོ་
བཅས་ཀྱི་ཡུལ་ནམས་ཡིན། །འབྲུའི་བཅུན་དུག་གི་བྱབ་པ་འི་ཡུལ་ནི། སྤུས། སྤྱོས།
ཆ་སྤྱོས། ཞུགས་པ། སྟོང་ཉེ། ཉེ་སྟག་བཅས་ཀྱི་ཡུལ་ནམས་ཡིན།

3 སེ་བྱང་སྟེ་ཡི་ཡུལ་ནི། 《ཅུས་མཛོད་མེ་ཏོག་སྦྱེད་ཚལ་》ལས། འང་བྱང་གི་
ཡུལ་སྟེ། མངའ་རིས་དང་། ལ་དྲུགས། གཙང་སྟོང་ས་སོགས་པ་འི་ཡུལ་ནམས་
ཟེར། རྒྱ་བོད་ཡིག་ཚང་ལས། སེ་བྱང་དབུ་ཡི་ཆེ་དུག་དེ། །སྟོང་ན་འང་བྱང་
བྱང་པོ་གཉིས། །བར་ན་མར་པ་སྟེ་རོང་གཉིས། །སྤང་ན་རེ་མེ་ཉག་ལེ་གཉིས། །
ཆེ་དུག་མཆོན་གྱི་བཅུན་དུག་སྟེ། །ཀྱི་ལ་ཆེ་ཤ་དང་ཆེ་ཆོན་གཉིས། །བྲག་རྩ་ལ་
གྲུ་གྲུ་དང་རྩོར་ཉེ་གཉིས། །ཉག་ལེ་ལ་ཁོ་པོ་དང་ཁོ་དབྲ་གཉིས། །དེ་ཆེ་བཅུན་
སྟེལ་མ་བཅུ་གཉིས་ཡིན། །ཞེས་པར། སེ་བྱང་གི་ཆེ་དུག་གི་བྱབ་པ་འི་ཡུལ་ནི།
འང་བྱང་། བྱང་པོ། མར་པ། སྟེ་རོངས། རེ་མེ། ཉག་ལེ་བཅས་ཀྱི་ཡུལ་
ནམས་ཡིན། །སེ་བྱང་གི་བཅུན་དུག་གི་ཡུལ་ནི། ཆེ་ཤ་ཆེ་ཆོན། གྲུ་གྲུ། རྩོར་
ཉེ། ཁོ་པོ། ཁོ་དབྲ་བཅས་ཀྱི་ཡུལ་ནམས་ཡིན།

4 རྒྱ་ཆ་སྟེ་ཡི་ཡུལ་ནི། 《ཅུས་མཛོད་མེ་ཏོག་སྦྱེད་ཚལ་》ལས། འ་འའི་ཡུལ་སྟེ།
རྒྱལ་རོང་དང་། ར་པ། ལ་མདོ་བཅས་ཀྱི་ཡུལ་གྱི་འདི་དག་ལ་ཟེར། རྒྱ་བོད་
ཡིག་ཚང་ལས། རྒྱ་ཆ་སྟེ་ཡི་ཆེ་དུག་དེ། །ཐོས་ཅུས་སྟག་ཅུས་སྟོང་ན་ཡོད། །བྱ་

ཅན་ཁབ་ཅན་སྟོང་ན་ཡོད། །བྱ་རྩེ་སྟོན་སྟོན་སྟོང་ན་ཡོད། །ཆེ་བྱ་མཆོན་གྱི་
བཅུན་བྱ་དེ། །སྐལ་བྱེས་པ་ཡུལ་པ་གཉིས། །སྐྱུ་རུས་ཡུལ་སྐྱུ་འཕྲོག་སྐྱུ་
གཉིས། །དབས་ལ་ཆེ་སྐྱོར་ཆུང་སྐྱོར་གཉིས། །ཆེ་བཅུན་སྟེལ་མ་བཅུ་གཉིས་ཡིན།
ཞེས་པར། སྐའི་ཆེ་བྱ་གི་ཁབ་པའི་ཡུལ་ནི། ཐོད་རུས། སྐྱུ་རུས། བྱ་ཅན།
ཁབ་ཅན། བྱ་རྩེ། སྟོན་སྟོན་བཅས་གྱི་ཡུལ་རྣམས་ཡིན། །སྐའི་བཅུན་བྱ་གི་
ཡུལ་ནི། བྱེས་པ། ཡུལ་པ། ཡུལ་སྐྱུ་ །འཕྲོག་སྐྱུ་དབས་ཆེ་སྐྱོར། དབས་
ཆུང་སྐྱོར་བཅས་གྱི་ཡུལ་རྣམས་བསྟོམས་པས། སྐའི་ཆེ་བཅུན་སྟེལ་མ་བཅུ་གཉིས་
གྱི་ཡུལ་རྣམས་ཡིན། གཞན་ཡང་འབྱུང་བ་ལྟ་དང་སྐྱུར་བའི་རུས་ཆེན་ལྟ་ནི། ཀེག་
ཤིང་། ཇི་མེ། ཀྲང་ས། ཤང་ལྷགས། འུ་ཆུ་སྟེ་རུས་ཆེན་ལྟ་ཡོད་པ་སྟེ། འབྱུང་
རྩིས་ལས། སྐྱུ་དུག་གི་བ་འདར་ཀེག་ཤིང་། །སོ་བར་སྐྱུ་འདོན་ཇི་མེ་ཡིན། །ཉེ་
ཁུང་དབྱགས་སྐྱུ་དུག་ས་དང་། །ཁ་གདང་བྱར་སྐྱུ་ནས་དབྱགས། །འོང་བ་དེ་
དེ་ནི་ཤང་ལྷགས་ཁམས། ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཆ་བའི་རུས་ཆེན་བཞི་པོ་འདི་དག་ལ་མི་འདོགས་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་སྟེ། སྐྱུ་འབྱུ་
སྐྱུ་སྟོང་བཞི་དང་། །སེ་སྐྱུ་སྟོང་སྟོང་བཞི་བཅས་མི་འདྲ་བ་བགྲངས་སྟོལ་ཡོད་
ཀྲང་། སེ་དང་། ཁུང་དང་། སྐྱུ་རྣམས་རུས་ཆོན་གཅིག །སྐྱུ་དང་། སྐྱུ་རྣམས་
རུས་ཆོན་གཅིག །སྟོང་དང་འབྱུ་རྣམས་རུས་ཆོན་གཅིག་གོ། ཡི་གའི་བར་དག་
འབྲི་སྟོལ་མི་འདྲ་བ་འགའ་ཞིག་ཡོད་པ་སྟེ། སྟོང་དང་གདོང་གཉིས། སྐྱུ་དང་དབྱ་
གཉིས། འབྱུ་དང་འབྱུ་གཉིས། སྐྱུ་དང་དབྱུ་གཉིས། སྐྱུ་དང་སྐྱུ་གཉིས་བཅས་
བྱུང་འདུག་པ་འདི་དག་དོན་གཅིག་ཏུ་སྐྱུར་ཤོང་གསལ་གྱི་རུས་ཆེན་བཞི་པོ་འདི་
དག་གི་རུས་ཆུང་རྣམས་དེང་གི་རུས་སྐྱུ་སྐྱུ་དང་སྐྱུ་བཞུགས་པར་ཞིབ་པར་རྟོགས་
པར་འདོད་ན་རུས་མཛོད་པད་དཀར་སྐྱུ་ཆོལ་སོགས་བོད་ཀྱི་རུས་མཛོད་རྣམས་
ལ་སྟོན་ཤིག །

ལེབ་བཞི་ལ། བོད་ཀྱི་གོམས་སྤྱོད་བཤད།

ས་བཅད་དང་ཕོ། བོད་མིའི་གཞིན་སྒྲིག་སྒོར་བཤད་ལ།

མི་ཆེད་འཆོ་བའི་ནང་དུ་གཞིན་སྒྲིག་བྱེད་ཆུ་ནི་རང་ཀྱལ་ཐུབ་པའི་རང་ལམ་གྱི་འཆོ་བའི་ནང་དུ་འགོ་བའི་འགོ་ཚུགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེར་བརྟེན་ས་མ་དང་གཞིན་ཉེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་གི་བྱ་ཆའི་གཞིན་སྒྲིག་གི་བྱ་བ་ལ་དེ་ལ་དོ་སྣང་ཆེན་པོ་བྱེད་སྤྱོད་ཡོད་པ་རེད། བོད་མིའི་གཞིན་སྒྲིག་ནས་བྱིས་ཐབ་བཟུང་བ་ལ་ལུགས་སྤྱོད་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད།

1. ཕོ་མོ་མོས་མཐུན་གྱི་གཞིན་སྒྲིག་། འདི་ནི་གཞོན་ནུ་ཕོ་མོ་ནམས་དུས་རྒྱན་ལས་ཀ་མཉམ་པོར་འདྲིམས་ནས་ཕན་ཚུན་བཆེ་བ་ཆགས་ཏེ་རང་མོས་ཀྱི་སྒོ་ནས་ལྷན་དུ་བྱིས་གསར་འཛུགས་པ་ལ་ཟེར། དེ་ཡང་ཞིང་པ་ཡིན་ན་གོང་པའི་ཕོ་གསར་དང་མོ་གསར་མང་པོ། ལྷན་དུ་ཞིང་ཁ་ན་ལས་ཀ་བྱེད་སྐབས་ཕན་ཚུན་དོ་ཤེས་པར་གྱུར་བ་དང་། འཕྲོག་པ་ཡིན་ན་ཉིན་ལྟར་ལུགས་ཇི་ལྷན་དུ་འགོ་ནས་ཕན་ཚུན་འདྲིས་འགོ་ཞིང་ཡོད་པ་རེད། སྐབས་དེར་ཕོ་མོ་ཕན་ཚུན་སེམས་པ་ཤོར་ན་བརྟ་གཏོང་ཞིང་ཡོད་པ་རེད། ཞིང་འཕྲོག་ས་ཁུལ་གྱི་མི་དེ་དག་སལ་ཆེ་བ་ཡིག་ཆོངས་ཡིན་ལྟ་བུ། ཁོ་ཆོས་ཡི་གེའི་ལམ་ནས་འབྲེལ་བ་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། གཙོ་བོ་ཁོ་ཆོས་ཟུ་གཞས་གཏོང་ནས་ཕན་ཚུན་དགའ་རེས་ཡོད་མེད་བརྟ་ལེན་གཏོང་བཞིན་པ་རྟེ། དེ་ཡང་བྱ་ཞིག་བྱ་མོ་ཞིག་ལ་དགའ་ན་ཁོ་རང་གི་ཟུ་གཞས་ཀྱི་ལམ་ནས་དགའ་བའི་བརྟ་སྟོན་ཞིང་། བྱ་མོ་དེ་ཆུར་ལ་དགའ་ཞིང་ཡོད་མེད་སྐད་ཆ་འདྲི་ཞིང་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན། ངས་མདོ་དགའ་རྩ་མོའི་གོང་ཐོག་ནས། ཉིན་རེ་ཐེངས་རེ་དུན་ཞིང་ཡོད། །བྱ་མོས་ལན་དུ། གལ་སྲིད་མོས་པ་ཡོད་ན། བྱིད་ཆུ་བོ་བཞིན་དུ་འབྲེལ་ཤོག་དང་། །ང་ཉ་སྐམ་བཞིན་དུ་འཁོར་

ཡོང་དགོ། ཁྱོད་མེ་ཉོག་བཞིན་དུ་སྒྲུབ་ཤོག་དང་། །ར་བྱང་བཞིན་དུ་ལམ་ར་ཡོང་
 དགོ། ཞེས་ལན་འདེབས་ཞིང་ཡོད་པ་རེད། གལ་སྲིད་འདྲོད་པ་མེད་ན། ཁྱོད་
 ཡིན་རྒྱ་གཡང་དཀར་སྟོད་ལྡེབས་རེད། རས་མི་ཟ་ཞེ་གནའ་ཐེངས་གསུམ་ཡོད། །
 ཤ་གཞན་ལ་ཞེ་མནའ་ཅི་ཡོད་དེ། །ཤ་ཁྱོད་ཆོ་སྤྲིག་སྟོབས་མཐོ་ཞོར་རེད། ཅེས་
 པ་ལྟ་བུ་མི་འདྲོད་པའི་ལན་འདེབས་ཞིང་ཡོད་པ་རེད། ལུ་མོ་དེ་ལ་དགའ་རོགས་
 གཞན་ཡོད་པའི་ཚུལ་སྟོན་ན། རི་ཆེ་གསུམ་ཆེ་མོ་དེད་ཆོ་རེད། །འབབ་བསམ་
 པའི་ཐང་དཀར་ཁྱོད་ཆོ་རེད། །འབབ་མི་ལོ་རི་འགོ་སྒྲུག་པས་གཏུམ། །བྱ་ཁྱོད་
 རང་སེམས་ལ་ལོས་ཡོད་རེད། ཅེས་པ་ལྟ་བུའི་ལན་འདེབས་ཞིང་ཡོད་པ་རེད།

ལྷ་གཞན་དེ་དག་མང་ཆེ་བ་སྟོན་དག་ལྷ་པོ་དངོས་པོའི་དཔེ་དང་། རོན་གཞན་
 བཀོད་པའི་རྒྱན་རེད་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་སྟོན་དག་དེ་དག་པོད་མིའི་ཆོ་ཁ་
 ལ་རང་བཞིན་དུ་གནས་ཡོད་པ་རེད་མ་གཏོགས་ཁོ་ཆོས་སྟོན་དག་སྟོབས་སྟོང་བྱས་
 འདྲ་པོ་ཆ་བ་ནས་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་འདྲ་བྱས་ནས་ཁོ་རང་ཆོ་རང་བཞིན་གྱིས་
 དགའ་རོགས་བསྐྱེགས་ནས་སོ་སོའི་བྱིམ་ཆང་ནས་སྤྱར་ཐོན་སྟེ་རང་ལ་དབང་བའི་
 བྱིམ་གསར་པ་ཞིག་བྱུང་མོང་དུ་འཇུགས་ཞིང་ཡོད་པ། དེ་ལ་གཞིས་བཟུང་དང་།
 ཁམས་སྟོགས་ཀྱི་ཡུལ་སྐད་ལ་སྤྱེ་འབྱུང་ཅེས་ཟེར་ཞིང་ཡོད་པ་རེད།

2. བྱིམ་ཆང་གིས་མཐུན་བསྐྱེབས་བྱས་པ། མི་ཆང་ཆེན་པོ་དང་ལྷག་པོ་ནམས་
 གྱིས་རང་གི་བྱ་དང་བྱ་མོ་དེ་དག་ངེས་པར་དུ། རིགས་རྩས་རང་ལས་མཐོ་བའམ་
 རང་དང་མཉམ་པ་ཞིག་དང་། གཉེན་སྤྲིག་བྱེད་དགོས་རྒྱ་བསམ་སྟོ་ཤུགས་ཆེན་པོ་
 བཅངས་ཡོད་པ་རེད། དེར་བརྟེན་སྟོབས་འབྱོར་ཅན་གྱི་མི་ཆང་དེ་དག་གི་བྱ་
 དང་བྱ་མོ་ནམས། རྒྱུད་བྱའི་རྩས་ནས་རང་གི་པ་མས་འདུན་མ་གཏམ་ནས་ཆེན་
 པོར་ཆགས་པ་དང་། བན་ཚུན་མནའ་མ་དང་མག་པ་གཏོང་རེས་བྱེད་ཅིང་ཡོད་
 རེད། སྐབས་འགར་པོ་མོ་གཉིས་པོ་གཉེན་སྤྲིག་ནས་ལྷན་དུ་ཉལ་བའི་རྩབ་མོ་
 དེའི་སྟོན་ལ་ཁོ་ཆོ་པན་ཚུན་མཐོང་རེས་བྱུང་སྟུང་མེད་པ་ཡང་ཡོད་པ་རེད། འོན་
 ཀྱང་ཁོ་ཆོ་ནི། བ་མའི་དག་ལྟར་འདུན་མ་ལག་ལེན་བྱེད་པ་ལས་རང་མོས་ཀྱི་
 དགའ་འདུན་བྱེད་པའི་དབང་ཆ་ཡོད་པ་མ་རེད། །ཡང་འགའ་ཞིག་མི་ཆང་

སྒྲིལ་སྒྲིལ་འབྱོར་ཅན་མིན་ན་ཡང་། སྒྲིལ་བཏང་གི་མི་ཚང་དུས་རྒྱུན་ཕན་ཚུན་འགྲིག་
པོ་ཡོད་པ་དེ་དག་གིས་ཀྱང་ཕ་མས་བཀོད་པ་བྱེད་སྒྲིལ་ཡོད་ཀྱང་། འདི་ནི་གོང་
གསལ་ནང་བཞིན་རང་དབང་ཚུ་ནས་མེད་པ་འདྲ་མིན།

3. མག་པ་བསུ་བ། མི་ཚང་ཞིག་གི་ནང་དུ་བྱ་མོ་མ་གཏོགས་བྱ་མེད་ན། བྱ་མོ་
དེ་ལ་ཕ་མའི་སློ་དང་མཐུན་པའི་བྱ་གཞིག་བཅའ་ནས། ནང་དུ་བསུ་ཞིང་ཡོད་པ་
དེ་ལ་མག་པ་བསུ་བཟུང་། དེ་ལ་དང་པོ་མག་པ་སློང་དུས་བྱ་མོའི་ཕ་མའི་སློ་ལ་
བབས་པའི་བྱ་གང་ཞིག་གི་བྱིས་ཚང་ལ་འབྲེལ་བ་བྱེད་ནས། དར་དཀར་ཞིག་
གིས་སྒྲེ་དངས་ཏེ། སློང་རྟེན་གྱི་འོར་རྩལ་གང་འཆམས་ཤིག་བྱིར་ཏེ་ཕ་རོལ་པོའི་
བྱིས་དུ་འགོ་ཞིང་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནས་སློ་བབས་བྱུང་ཆེ་སྟོགས་གཉིས་ཀ་སློ་
བབས་ཡོད་པའི། གཟའ་སྐར་བཟང་པོའི་དུས་ཚོད་ཞིག་གཏན་འཁེལ་བྱ་ཞིང་།
དུས་ཚོག་དུ་བྱ་མོའི་བྱིས་དུ་བསུ་ཞིང་ཡོད་པ་རེད། མག་པ་བསུ་བའི་ཉིན་དེར་
བྱ་མོའི་ཉེ་བའི་སྟོགས་ནས། རྒྱ་མི་ཁ་ཤས་ཤིག་བཟའ་ཆས་ལེགས་པར་སྤྲད་ནས་
ལམ་བར་བསུ་སར་འགོ་དགོས་ཞིང་ཡོད་པ་དང་། བྱ་གཞིག་རང་གི་སྟོགས་ནས་ཀྱང་
གཉེན་ཉེ་དང་སྤྱན་སྟགས་གྱིས་བཟའ་ཆས་ལེགས་པར་སྤྲད་དེ། གྱི་བོག་རྟ་གསུམ་
སྟེ་ཕ་ཆས་སྟེ་གསུམ་གྱི་ཚོག་དངས་པའི་རང་འོར་གང་འཆམས་ཤིག་དང་བཅས་
ཏེ་སྒྲེལ་དགོས་ཞིང་ཡོད་པ་རེད། ཉིན་དེ་ནས་བཟུང་བྱུང་མེད་སྟོགས་གྱི་བྱིས་
བདག་ཆགས་ཚར་པ་རེད།

4. མནའ་མ་བསུ་བ། གོང་གསལ་ལྟར་བྱ་མང་པོ་ཡོད་པའི་མི་ཚང་དེས་རང་གི་
སློ་ཁ་དང་མཐུན་པའི་མི་ཚང་ཞིག་གི་བྱ་མོ་མནའ་མ་སློང་སར་འགོ་ཞིང་ཡོད་པ་
རེད། མནའ་མ་སློང་ཚུལ་དང་བསུ་ཚུལ་གོང་གི་མག་པའི་སྐབས་དང་མཚུངས་
ལ། འོར་སྐལ་གཟི་བྱར་སྟོན་གསུམ་དང་གསེར་དབུལ་གྱི་རྒྱན་ཆ་རང་ལ་གང་
ཡོད་པའི་འོར་ཏུ་རྒྱམས་དང་། ཏེ་འོར་ལྷག་གསུམ་སྟགས་རང་ལ་གང་འཆམས་
གྱི་འོར་སྐལ་དང་བཅས་མནའ་མ་བརྒྱུད་ཤིང་ཡོད་པ་རེད། བྱ་མོ་འོར་དང་
བརྒྱེ་བ་རྒྱ་ནག་གི་ལྷགས་སྒྲིལ་དང་། བག་མ་འོར་དང་རྟན་དུ་བསུ་བ་རྒྱ་གར་གྱི་
ལྷགས་སྒྲིལ་ལྟར་མཐའ་གཉིས་སུ་ལྷུང་བ་མ་ཡིན་པ། པོ་མོ་སུ་ཡིན་ཀྱང་རང་གི་

ནོར་སྐལ་དང་ལྷན་དུ་བྱིས་གྱི་ཁབ་དུ་བསུ་བ་ནི་བོད་གངས་ཅན་པའི་ལུགས་སྒྲིལ་
 ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་བྱ་རེ་ལ་མནའ་མ་རེ་བསུ་རྒྱ་དང་། བྱ་སྐྱ་གཉིས་གསུམ་རེ་ལ་
 མནའ་མ་གཅིག་བསུ་རྒྱའི་ལུགས་སྒྲིལ་ཡང་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་བྱ་མོ་སྐྱ་
 གཉིས་གསུམ་རེ་ལ། མག་པ་རེ་ལེན་རྒྱའི་ལུགས་སྒྲིལ་ཙ་བ་ནས་ཡོད་པ་མ་རེད།
 དེ་ཡང་རྒྱ་མཚན་གཙོ་བོ་སྐྱེས་པ་རྣམས། བྱད་མེད་གྱི་ཆེད་དུ་སྐྱ་དོག་དང་མིག་
 སེར་དེ་བྱ་སྐྱ་བར་གྱི་བརྩེ་དུང་ལས་ཟབ་ཞིང་ཡོད་པ་དང་། བྱད་མེད་རྣམས་
 སྐྱ་མཆེད་བར་ལ་བརྩེ་དུང་ཟབ་ནའང་། མིག་སེར་གྱི་རྩ་སྐྱ་སྒྲིབས་དེ་ལས་ཆེ་བ་
 ཡིན་པ་འདྲ་བར་སེམས། གཞན་ཡང་སྤྲ་མས་བག་ཚོག་འདྲོན་ཞིང་གཡང་ལེན་
 བྱེད་པའི་ཚུལ་དང་། ཁ་ལྗེ་བདེ་བོས་བག་བཤད་བྱ་རྒྱུ་ལ། ནང་དུ་བག་སྟོན་གྱི་
 བཟའ་ཆས་བཤམས་ཚུལ་སོགས་ལག་ལེན་རྒྱས་པ་ལག་ལེན་དངོས་ལས་ཤེས་པར་
 གྱིས་ཤིག །

5. བོད་མིའི་ངོ་ཚད་དང་འཛེམ་བྱ། ཁྲིལ་དང་ངོ་ཚད་ནི་འཛིག་རྟེན་མིའི་རིགས་
 ཚང་མས་བརྩེ་སྤང་བྱ་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ལྟར། བོད་རིགས་གྱི་དང་ལྷག་པར་
 འབྲོག་ཁུལ་གྱི་མི་སྡེ་དག་གིས་ངོ་སྤང་དུ་ཅང་ཆེན་པོའི་སྒོ་ནས་བརྩེ་སྤང་བྱེད་གྱི་
 ཡོད་པ་རེད། ཁོ་བོའི་མཐོང་སྟོགས་སུ་འཛིག་རྟེན་མིའི་རིགས་ཚང་མས་ཁྲིལ་
 དང་ངོ་ཚད་ལ་འཛེམ་བག་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་འདྲ་བར་སྤང་ཡང་ཡུལ་
 གྱུ་སོ་སོ་དང་མི་རིགས་སོ་སོའི་སྤྱད་ཚུལ་དང་། སོམས་གཤིས་སོགས་རྣམ་པ་ཐ་
 དད་པ་མང་དུ་ཡོད་པར་བརྟེན། གང་ཞིག་ཁྲིལ་དང་ངོ་ཚད་གཞི་ཡིན་པ་དང་།
 གང་ཞིག་བག་ཡོད་ཡ་རབས་གྱི་སྤྱད་གཞི་ཡིན་པ་སོགས། གཞི་རྩ་ངོས་འཛིན་
 སྤངས་ཀྱང་མི་འདྲ་བར་སེམས་སོ། །དཔེར་ན་འབྲོག་མིའི་བཟའ་ཚོ་གཅིག་ལ་
 མཚན་ན། བཟའ་ཚོ་དེའི་པ་མ་སོགས་ཆུན་རིམ་དག་གིས་སོས་ཡུལ་དུ་བྱ་དང་བྱ་
 མོ་དག་གིས་རང་གཞན་སུ་ལའང་། ཁྱོད་ཀྱི་བརྩེ་དགའི་ཀྱལ་ཀ་དང་ཀྱ་རེ་སོགས་
 བྱེད་སྒྲིལ་མེད་ཅིང་། དེ་དང་འདྲ་བར་མིང་སྲིང་ལྷན་དུ་གནས་པའི་དུང་དུའང་
 སུས་ཀྱང་ཁྱོད་ཀྱི་གཏམ་སྤྱིང་སོགས་ངོ་ཚད་པའི་སྤྱིང་མོལ་བྱེད་སྒྲིལ་མེད་
 པ་རེད། གལ་ཏེ་མི་ཞིག་གིས་ངོ་ཚད་མ་འཛེམས་པར་རང་སྤང་གང་དུན་བྱུང་

རྒྱལ་ཏུ་བཤད་པ་ཡིན་ན། དེར་ཡོད་ཀྱི་མིང་སྲིང་དག་ཁོང་ཁྱོད་བཤམ། ཡང་ན་
 གཏམ་གྱི་གཤམ་ནས་ཐོན་ཏེ་སྤྱགས་སོ་སོར་འགྲོ་བ་དང་། མི་དེའི་བྱ་བ་ནི་དོ་ཆ་
 བསྐྱེའོམ་བྱ་བ་ཏུ་ཅང་ངན་པ་ཞིག་བཅི་ཞིང་། སྤང་བྱིན་ཆད་བཟའ་ཆོ་དེའི་བྱ་
 དང་བྱ་མོ་དག་གིས་དོ་ཆ་བྲལ་བའི་མི་དེ་དག་དང་། གཏམ་གྱི་འབྲེལ་བ་དེ་ཅམ་
 བྱེད་སྒྲིལ་མེད་པ་རེད། འབྲོག་མིའི་གཉེན་ཉེ་ཁྱོད་ལྷག་གི་འབྲེལ་བ་ནི་སྤྱགས་པན་
 ཚུན་གྱི་པ་མ་དག་གིས་འདུ་བྱེད་དགོས་ཤིང་། གཤམ་ཏེ་བྱ་དང་བྱ་མོ་དག་གིས་
 སྤྱགས་པན་ཚུན་གྱི་པ་མའི་བཀའ་འཁྲོལ་མ་བྱུང་པར། རང་མོས་སུ་གཉེན་སྤྱིག་
 བྱས་པ་ཡིན་ན་བྱི་སྤྲངས་ཞེས། བྱ་བ་བྲེལ་དང་དོ་ཆ་མེད་པའི་སྤྱོད་ངན་ཞིག་ཏུ་
 འགྱུར་གྱི་ཡོད་པ་རེད། འབྲོག་མི་དག་གི་ཉེ་ཆོན་ནི་མི་རབས་བདུན་བརྒྱད་ཀྱི་
 བར་ཏུ་བཅི་ཞིང་། པན་ཚུན་གཉེན་སྤྱིག་བྱེད་འོས་པའང་མི་རབས་བདུན་བརྒྱད་
 ཀྱི་ཉེ་ཆོན་མ་ཡིན་པ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། གཤམ་ཏེ་ཉེ་ཆོན་འགའ་ཞིག་མི་
 རབས་བདུན་བརྒྱད་མ་བཟུལ་བའི་གོང་ཏུ་གཉེན་གསར་བྱས་པ་ཡིན་ན། དེ་ནི་
 ཐན་ཞེས་བྱ་བ་སྤྱི་དོ་ཆ་ཏུ་ཅང་ཆེ་བར་བཅི་ཞིང་། འབྲོག་མི་དག་གི་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་
 བསམ་པ་སྤྱོད་ཚུལ་དེས་ནི་ཡུལ་ཁམས་དེར་བཀའ་མི་ཤིས་པར་བྱེད་དེ། མི་སྤྱགས་
 ལ་ནད་ཡམས་དང་གོད་ཁ་འབྱུང་བ་དང་། དོ་ཆ་བསྐྱེས་པ་ལས་ཆད་པའི་མི་
 བརྒྱད་དེ་ནི་ནལ་ཞེས་བྱ་བ་སྤྱི་མིའི་རིགས་སྤྱག་པོ་དང་མི་གཙང་བ་ཞིག་ཏུ་ངོས་
 འཛིན་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། འབྲོག་མི་དག་གིས་ལྷ་གསོལ་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་
 ནལ་གྱི་རིགས་ཅན་དག་གིས། བསངས་ཤིང་དང་བསངས་རྣམས་འབྲུལ་མི་ཆོག་
 ཅིང་། གཤམ་ཏེ་སྤུལ་བ་ཡིན་ན་ཡུལ་ལྷ་ལ་མཚོལ་གྱི་བ་ཕྱག་ནས་ཉམས་པར་འགྱུར་
 བ་དང་། འབྲོག་མིའི་སྤུ་གུ་བཙལ་བའི་ཆོ་ནལ་གྱི་རིགས་ཅན་དག་མདུན་ན་འགྲོ་
 མི་ཆོག་པ་དང་སྤུ་གུ་ལ་ལག་པས་རིག་མི་ཆོག་ཅིང་། གཤམ་ཏེ་སྤུ་གུར་རིག་པ་ཡིན་
 ན། སྤུ་གུ་ལ་ནལ་གྱི་བ་ཕྱག་ནས་འཆོ་དཀའ་བཤམ། ཡང་ན་སྤུ་གུའི་དག་སྤྱགས་
 པཤམ། རིག་པ་མི་གསལ་བ་སོགས་འགྱུར་བར་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་རེད།
 མདོར་ན་ནལ་ཞེས་པ་དེ་མཚན་མ་ཏུ་ཅང་ངན་པར་བཅི་ཞིང་འབྲོག་མི་ཀུན་གྱི་
 སྤང་བྱའི་གཞི་ཞིག་ཡིན་པར་བརྟེན། འབྲོག་ཡུལ་དེ་དག་ཏུ་ནལ་གྱི་མི་རྒྱུད་ནི་

སྲིད་མཐའ་ཅམ་ལས་མེད་པའམ་ཤིན་ཏུ་དཀོན་པ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་གསུངས་པ་
 ལྟར་རོ། ། འོན་ཀྱང་བོད་ཡུལ་ནིང་པའི་ས་ཁུལ་དུ་དེ་ལྟར་མིན་ཏེ། མི་སྲུང་དང་
 སྲུ་ཡིན་ཀྱང་ཁ་མཆར་ཅིང་མོ་བྱེད་གྱི་ཡོད། མི་སྲུ་ཞིག་ཁ་མཆར་ཅིང་མོ་ལ་མི་
 འདོད་པ་དང་མི་དགའ་བའི་ནམ་འགྱུར་བྱས་ན་དེ་ལ་འཕུ་སྒོད་བྱེད་སྲོལ་ཡོད་པ་
 རྟེ། བོད་མིའི་གཏམ་དཔེ་ལ། ཁ་མཆར་ཅིང་མོ་ཡུལ་གྱི་རྒྱན། འོགས་ཁོ་ཡུ་བ་
 ལ་འགོ་ལེ་མིན། ཁེ་ཏོག་སེར་ཆེན་སྤང་གི་རྒྱན། སྤང་བེས་ཀྱང་མ་ལ་སྒྲེ་ལེ་
 མིན། ཞེས་བེར་སྲོལ་ཡོད་པ་རེད།

ས་བཅད་གཉིས་ལ། བོད་ཀྱི་མིང་འདོགས་ཚུལ་བཤད་ལ།

གནའ་བོའི་རུས་སྲུ་བོད་ཀྱི་ཡུལ་འདིར་མི་ནམས་ལ་མིང་འདོགས་ཚུལ་ལ་གཙུག་
 བོར་ས་མས་བཏགས་པའི་གཅིས་མིང་དང་། སྤྲེའམས་བཏགས་པའི་ཆོས་མིང་སྟེ་
 རིགས་གཉིས་ཡོད་པ་རེད། རུས་རྒྱན་བྲིས་ཆང་ནང་གི་མི་ནམས་ཀྱིས་ས་མས་
 བཏགས་པའི་མིང་དེ་འབོད་རྒྱ་དར་སྲོལ་ཆེ་ལ། འོན་ཀྱང་རང་གི་མིང་ཡི་གེའི་
 རྩོག་འབྲི་སྐབས་དང་། ཕྱི་མི་ནམས་ཀྱིས་འབོད་སྐབས་མི་ཆང་གི་རུས་མིང་དང་
 སོ་སོའི་བཏགས་མིང་གཉིས་སྒྱུར་ནས་འབོད་སྲོལ་ཡོད་པ་རེད། དེའང་རུས་ཆེན་
 བཞེའམ་མིའུ་གདོང་རྒྱག་གི་རུས་ལས་མཆེད་པའི་སོ་སོའི་རུས་མིང་དང་། ས་
 མས་སྟེར་བའི་མིང་གཉིས་སྒྱུར་ནས་འབོད་སྲོལ་འདི་ཆེས་གནའ་བོའི་རུས་ནས་ད་
 ལྟའི་བར་གནས་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན། མ་སངས་སྤྱན་དབྱེའི་རུས་སྐབས་སྲུ་
 མིའི་མིང་ལ། གཉའ་གཡའ་སྤང་སྒྲེས། གར་ཏིང་ནམ་ཆོ། སྟེ་རན་ནམ་ཅང་
 སྒྲེས། ཏུ་ཐོ་གར་སྒྲེས་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་དང་། སྤྱི་ལོའི་སྟོན་གྱི་༥༠༠ལྷག་ཙམ་གྱི་
 གོང་དུ་བྱུང་བའི་བོན་པོའི་མཁས་པ་ཁྱུང་པོ་ལྷག་སྤོན་གཙུག་ ཁྱེ་ལི་ཤུ་ལྷག་
 རིང་། རྟེ་ཤོད་ཀྱམ། གཙུག་ཁྱེ་ལི་གཙུག་ལ་སོགས་པ་རུས་ཀྱི་རྩིས་སྲུ་མིང་སྒྱུར་ནས་
 བཏགས་སྲོལ་བྱུང་འདུག སྤྱིར་དེང་རུས་བོད་པའི་མིང་སལ་ཆེ་བར་སྤྲེའམས་
 བཏགས་པ་མང་ཡང་། བོད་ཀྱི་འབྲོག་པའི་ས་ཁུལ་དུ་ཡུགས་སྲོལ་འདི་མ་ཉམས་
 པ་སྟོན་ཡོད་པ་དཔེར་ན། ཁོ་ཕུ་རྩོ་ལོ། བྱང་རིས་ཨ་དགར། དཔོན་རི་ཆོ་ལེབ་
 ལྟ་བུ་ནམས་ནི་རང་གི་རུས་མིང་དང་། སྤྲེའམས་བཏགས་པའི་མིང་ས་མས་གཅིས་

མིང་དུ་བསྐྱར་བ་གཉིས་ལྟན་དུ་སྐྱར་ནས་འབོད་ཅིང་ཡོད་པ་འདི་རེད། ཆོས་
ལུགས་མི་སྣ་རྣམས་ལ་ཆོས་ལུགས་དང་འབྲེལ་བའི་མིང་བཏགས་སྒྲིལ་ཡོད་པ་སྟེ།
དཔེར་ན། གཡུང་རྒྱུད་བོན་གྱི་ཆོས་ལུགས་པ་རྣམས་ཀྱི་མིང་འདོགས་ཚུལ་ལ།
གཤེན་རབ་མི་བོའི་སྐུ་རྣམས་ལ་གཏོ་བྱ་འབྱུང་སངས་དང་། དཔྱད་བྱ་བྱི་ཤེས།
ལྷུང་འདྲེན་གསལ་བ། རྒྱུད་འདྲེན་སྟོན་མེ་ལ་སོགས་པ་རིག་གནས་ལས་ཀ་དང་
འབྲེལ་བའི་མིང་བྱུང་འདུག་ལ། རྒྱལ་པོ་དང་དཔོན་ཆོང་གི་སྐུ་མོ་ལ་བཟའ་
ཞེས་པའི་འབོད་སྒྲིལ་འདི་སྐབས་དེའི་དུས་ནས་ཡོད་པར་མངོན་སྟེ། གཤེན་རབ་
མི་བོའི་བཅུན་མོར་ཁབ་དུ་བཞེས་པའི་རྒྱལ་སྐན་སེལ་མ་རྣམས་ཀྱི་སྐུ་མོ་སོ་སོའི་
མིང་ལ་ཉོས་བཟའ་རྒྱལ་མེམ། དཔོ་བཟའ་ཐང་མོ། གསས་གཟའ་ངང་རིང་། ལྷ་
བཟའ་གུང་རྒྱག། ཀོང་བཟའ་བྱི་ལྷམ། རྒྱ་བཟའ་འཕྲུལ་བསྐྱར་ལ་སོགས་པ་ལྟ་
བུ་རྣམས་སོ། །

བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་གནམ་གྱི་བྱི་བདུན་གྱི་སྐབས་སུ་སྐུ་མོ་མིང་རྣམས་མའི་མིང་
ལས་སྐངས་ཏེ་བཏགས་སྒྲིལ་བྱུང་འདུག་པ་དཔེར་ན། རྒྱལ་པོ་གཉའ་བྱི་བཅན་
པོ་དང་ཡུམ་ལུ་ཆོ་བཟའ་གཉིས་ཀྱི་སྐུ་ལ་ལུ་བྱི་བཅན་པོ་དང་། ཡབ་ལུ་བྱི་
བཅན་པོ་དང་ཡུམ་ས་བཟའ་དྲིང་དྲིང་མ་གཉིས་ཀྱི་སྐུ་ལ་དྲིང་བྱི་བཅན་པོ་ཟེར་
བ་ལ་སོགས་པ་ལྟར་བྱ་གནམ་གྱི་བྱི་བདུན་པོ་ཆོང་མར་མའི་མིང་དང་འབྲེལ་ནས་
བཏགས་འདུག །འོན་ཀྱང་རྒྱལ་པོ་སའི་ལེགས་རྒྱག་དང་། རྒྱལ་ལྷེ་བརྒྱད།
ཆོགས་ལ་བཅན་ལུ་རྣམས་ནི་མིང་གི་མཚུག་དུ་པ་ཡི་མིང་གི་ཆ་ཤས་སྐྱར་ཡོད་པ་
དཔེར་ན། ས་ཡི་ལེགས་རྒྱག་གི་མིང་མཚུག་དུ་ལེགས་དང་། རྒྱལ་ལྷེ་བརྒྱད་
ཀྱི་མིང་མཚུག་དུ་ལྷེ་དང་། བཅན་ལུ་མིང་མཚུག་དུ་བཅན་ཞེས་སྐྱར་ཡོད་པ་
ལྟ་བུ་རེད། དེ་བཞིན་དུ་སྟོན་པའི་དུས་རབས་བདུན་པའི་ནང་དུ་སྟོན་པོ་རྣམས་
ཀྱི་མིང་ཡང་དུས་དང་སྐྱར་ཡོད་པ་དཔེར་ན། གནམ་རི་སྟོང་བཅན་གྱི་སྐབས་ཀྱི་
སྟོན་པོ་ལྷུང་ཅེ་སྐྱ་དང་། དབའ་དབྱི་ཆོབ། དབའ་ལྷེས་སྐྱང་རྣམས་དང་། རྒྱལ་
པོ་སྟོང་བཅན་སྐམ་པོའི་སྐབས་སུ་སྟོན་པོ་ལྷུང་མང་པོ་རྗེ་ཞང་སྐྱང་དང་། ལྷུང་
པོ་སྐྱང་སད་བྱ་ཅེ། དབའ་དབྱི་ཆོབ། མགར་སྟོང་བཅན་རྣམས་དང་། ཁྱི་སྟོང་

ཕྱི་ཕུ་བཅན་གྱི་སྐབས་སུ་སློན་པོ་དབས་བཅན་བཞེས་མདོ་ཡོད་དང་། ཞང་སྟོང་
 ཅན། བྱི་སྐྱ་སྟག་ཆོབ། སྟག་སྐྱ་སྟུ་ཁོང་ནམས་དང་། བྱི་རལ་པ་ཅན་དང་དར་
 མ་ཁུ་རུམ་བཅན་པོ་ནམས་གྱི་སྐབས་སུ་སློན་པོ་གཙོ་པོ་དབའ་སྟག་ན་ཅན་དང་།
 འཕོ་བྱི་གསུམ་རྩེ་ལྟ་བུ་ནམས་སོ། །

དེ་ལྟར་གྱི་མའི་རུས་རབས་བརྒྱད་པ་ཡན་གྱི་ལོ་རོ་སྟོང་སྟག་ཁ་ཤས་གྱི་རིང་
 ལ་བོད་གྱི་རྒྱལ་སློན་ནམས་རང་རང་གི་རུས་དང་། གསར་རུ་འདོགས་པའི་མིང་
 གཉིས་སྒྱུར་ནས་འབོད་སྟོལ་བྱང་འདུག །འོན་ཀྱང་ཆོས་ལུགས་མི་སྣ་ནམས་ནི་
 རུས་ནམ་ཡིན་ཡང་རང་གི་རིགས་རུས་གྱི་མིང་གཙོ་བོར་མ་བྱས་པ་ཆོས་ལུགས་གྱི་
 མིང་གཙོ་བོ་རེ་ཡོད་པར་སྒྲུབ་ཏེ། བོན་གྱི་རྩོགས་ཆེན་སྒྲ་བརྒྱད་ལས། རྒྱལ་
 གཤེན་མི་ལུས་བསམ་ལེགས། ལུན་པ་ཀུན་གསལ། འཕྲུལ་གཤེན་སྒྲུང་ལྟ།
 སྟོང་རྒྱུད་མཐུ་ཆེན། གྱིམ་ཆ་མ་རྒྱུད། ལི་བྱ་སྟག་རིང་ལ་སོགས་པ་ནམས་
 དང་། རུས་རབས་བརྒྱད་པའི་ནང་རུ་རྒྱལ་པོ་བྱི་སྟོང་ཕྱེ་བཅན་སྐབས་སུ་བྱང་
 བའི་སྒྱལ་པའི་རྩེ་འབངས་ཉེར་ལྷ་ཉིང་འཛིན་བཟང་པོ། འོ་བཟན་དབང་ཕྱག །རྩོ་
 རྩེ་བརྒྱད་འཛིན་ལ། ཡེ་ཤེས་མཆོ་རྒྱལ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་ནམས་སོ། །

བོད་སེལ་བུ་འཕོར་བའི་སྐབས་སུ་བརྟན་པ་ཕྱི་དར་འགོ་ཚུགས་པ་དང་རྒྱ་
 གར་ལུགས་གྱི་ནང་པའི་ཆོས་དང་འབྲེལ་ནས་མིང་བཏགས་རྒྱུ་ལོ་མས་སྟོལ་ཆེ་
 རུ་ཕྱིན་ཡོད་པ་ཉེ་དཔེར་ན། ལྷ་སྒྲ་མ་ཡེ་ཤེས་འོད་དང་། ལྷ་བཙན་བྱང་རྒྱལ་
 འོད། མོ་བྱང་ཞི་བ་འོད་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་ནམས་སོ། །རུས་རབས་འདི་ནས་འགོ་
 བཅམས་ཏེ། རྒྱ་སེར་ཐམས་ཅད་ལ་སྒྲ་མས་མིང་འདོགས་སྟོལ་དེ་དར་བྱབ་ཆེ་རུ་
 ཕྱིན་འདུག །སྒྲ་མས་མིང་བཏགས་པའི་སྐབས་སུ་ཐོག་མར་ནང་ཆོས་དང་འབྲེལ་
 བ་ནས་མིང་གང་སྟན་འདོགས་པ་དང་། དེ་རྩིས་སྒྲ་མ་རང་གི་མིང་རམ་རང་གི་
 སྒྲ་མའི་མིང་གི་ཆ་ཤས་ཤིག་དང་སྒྱུར་ནས། སྟུ་གུ་དེ་ལ་མིང་བཏགས་སྟོལ་བྱང་
 ཞིང་། རུས་ཕྱིས་ཅན་བོད་རུ་སྒྱུབ་བརྒྱུད་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོ་བརྒྱད་ལ་སོགས་པ་ནང་
 པའི་ཆོས་གྱི་གྲུབ་མཐའ་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཞིག་བྱང་སྟབས། གྲུབ་མཐའ་སོ་སོའི་
 སྒྲ་མ་ནམས་གྱིས། རང་གི་སྒྲ་མའི་མཆོན་དང་འབྲེལ་ནས་སྟུ་གུ་ལ་མིང་བཏགས་

ས་བཅད་གསུམ་པ། བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཁྲིམས་ཁྲབ་སྤྱད་

ཕྱི་མ་བཞད་ལ།

པོད་ཀྱི་རྒྱལ་རབས་སོ་སོའི་ལམ་ལུགས་མི་འདྲ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་ཁྱིམ་ས་ལུགས་
 མི་འདྲ་བུང་ཡོད་པ་རྣམས་ནི། སྲིད་གཞུང་དང་འབྲེལ་བའི་ལུགས་སྲོལ་ཡིན་
 རྟེན་པས་འདྲིར་མ་སྟོན། ལོ་ངོ་སྟོང་ལྷག་ཁ་ཤས་ཀྱི་སྟོན་ནས་བུང་བའི་ཡུལ་སྲོལ་
 སྟོན་པ་གཤིས་དང་འབྲེལ་བའི་སྟུང་དང་། ཁ་མཆུང་རིགས་ཁག་ཅིག་ད་བར་དུ་
 བཞུགས་ཡོད་པ་རེད། །

གཅིག །འབྲོག་པའི་ས་ཚུང་།

འཕྲོག་པ་རྣམས་དུས་རྒྱུ་འཕྲོ་བ་སེམས་ཅན་ལ་བརྟེན་ནས་སྤོང་ཡོད་སྐབས་།

ལྷ་ས་ནི་འབྲོག་པའི་ཕུགས་རིགས་བདག་སྤྱོད་བྱེད་པ་ལ་མེད་ཏུ་མི་རུང་བའི་འཆོ་
བའི་ཆ་རྒྱུན་གལ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ལ་འགྱུར་ཡོད། འབྲོག་པའི་ལྷ་ས་ལ་སྡེ་ཤོག་དང་
སྡེ་ཤོག་བར་ས་མཆོམས་དང་། སྤྱོད་ཆོ་དང་སྤྱོད་ཆོ་བར་གྱི་ས་མཆོམས། མི་
ཆང་ནས་མི་ཆང་བར་གྱི་ས་མཆོམས་ཀྱི་དབྱེ་བ་སྡེ་སྡེ་ལ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལ་འང་སྡེ་
པ་གྱུ་འཕ་མི་ཆང་སྡེར་གྱི་ཕུགས་ཐོག་འཆོ་སའི་ལྷ་ས་དང་། མི་ཆང་སོ་སོ་ལ་
དབང་བའི་ལྷ་བརྟ་སའི་ལྷ་ར་བཅས། སྤྱོད་སྡེ་གཞན་གྱི་སེམས་ཅན་འགོ་མི་ཆོག་
པའི་ས་ཆ་རིགས་ཁ་ཤས་ཡོད་པ་རེད། སྤྱོད་སྡེ་འགའ་ཞིག་དབྱར་ས་གཅིག་པ་
ཡིན་ནའང་དགུན་ས་ཁག་ཁག་ཡིན་པ་དང་། ཡང་དགུན་ས་གཅིག་པ་ཡིན་ལ་
དབྱར་ས་སོ་སོར་ཡིན་པའང་ཡོད་པ་རེད། སྤྱིར་བཏང་སྤྱོད་ཆོ་གཅིག་གི་ཕུགས་
ཐོག་ནས་རང་གི་ས་མཆོམས་ལས་བརྒལ་ཏེ། སྤྱོད་ཆོ་གཞན་ཞིག་གི་ས་ཐོག་ཏུ་
ཕྱིན་སྡེ་ལྷ་ཟས་པ་ཡིན་ན། ས་གནས་བདག་པོ་དེའི་མི་ནམས་ཡོང་ནས་སེམས་
ཅན་ནམས་སྤྱིར་འདེད་དེ། ཕུགས་བདག་ནམས་ལ་རྗེས་སུ་དེ་བཞིན་རུ་བྱུང་
ན་ལྷ་རིན་ཆུ་རིན་སྤྱོད་དགོས་པའི་སྐད་ཆ་བཤད་ཅིང་ཡོད་པ། དེ་ལ་ལྷ་བཀའ་
བྱེད་ཟེར། དེ་འདྲ་ཐེངས་ཁ་ཤས་བྱས་པའི་རྗེས་ལ་འང་ཕུགས་བདག་གིས་དོ་
སྤྱང་མ་བྱས་པ་ཡིན་ན། དེ་ནས་ས་བདག་དེས་ཉེན་བརྟ་གཏོང་བ་ལྷ་བྱ་ཐོག་
དེ་དག་བཟུང་ནས་རྩ་མ་བཅད་སྡོལ་ཡོད་པ་རེད། འདི་ཡང་རྩ་མ་བཅད་ཅས་
པ་ནི་ཐོག་གི་རྩ་མའི་ཐོག་གི་སྤྱ་ནམས་དབྱག་ནས་ཁྱེར་འགོ་ཁྱེར་ཡོད་པ་ལས་རྩ་
མ་དངོས་གཅོད་ཀྱི་མེད། སེམས་ཅན་རྩ་མ་བཅད་པ་དེ་བརྟ་ས་བཅོས་དང་།
བྱུང་འབྱུང་བའི་བརྟ་མཆོན་ཞིག་ཡིན་སྟབས། སྐབས་འགར་རྒྱུན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་
ཕན་ཚུན་འབྲུག་པ་ཤོར་ཏེ་དཔེ་ཤི་གི་འབྲེལ་མང་པོ་ཡོང་གི་ཡོད། ཡང་སྐབས་
འགར་རང་གི་ས་ཐོག་ཏུ་ཡོང་བའི་ཕུགས་ཐོག་དེ་ནམས། བདག་པོ་བཟུང་ཁྱེར་
ཕུགས་བདག་ལ་སེམས་ཅན་དེ་དག་ལེན་ས་ཤོག་ཟེར་ནས། ཆ་འཕྲིན་གཏོང་བ་
དང་། དེ་ནས་ཕུགས་བདག་ཡོང་བ་དང་། སའི་བདག་པོ་དེ་ལ་ལྷ་རིན་ཆུ་རིན་
ཞེས་པའི་བྱ་ལོན་འང་ལ་རྗེས། ཕུགས་ཐོག་དེ་ནམས་གཞི་ནས་ཕར་བདག་པོར་
ཅིས་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད། ཏུས་རབས་སོ་སོའི་སྤྱིད་འགྱུར་གྱི་ཏུས་སྐབས་ནམས་སུ་ས་

གནས་སོ་སོའི་སྡེ་པའི་ས་མཆོམས་ལའང་། འགྱུར་བ་གང་འཆོམས་ཡོང་གི་ཡོད་སྟབས། ས་མཆོམས་གསར་རྟོང་གི་དབྱེ་མཆོམས་ལ་སྡེ་བ་གཉིས་ཀྱི་བར་ཁས་ལེན་དང་མི་ལེན་གྱི་ཚུན་པ་དང་། ས་མཆོམས་ཀྱི་དབྱེ་བ་འགའ་ཞིག་གསལ་པོ་མེད་པ་བཅས་ཀྱིས་སྡེ་ཤོག་གཉིས་ཀྱི་བར་དམི་འབྲུགས་ཆོབས་ཆེན་ཡོང་གི་ཡོད། སྐབས་འགར་སློགས་གཉིས་ཀས། མི་གུངས་བརྒྱ་ཆེ་མང་པོའི་དམག་མི་བསགས་ནས་དམག་འབྲུག་ཤོར་གྱི་ཡོད། འཕྲོག་པའི་མི་ལ་བྲིམས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་གསལ་པོ་མེད་སྟབས་བྲིམས་སྲིད་གང་གིས་ཀྱང་ལས་སྤྱོད་ཐག་གཅོད་བྱེད་ཐུབ་དཀའ། དམི་འབྲུག་ཆོབས་ཆེན་ལངས་དུས། དུལ་དེའི་སྤྱོལ་གལ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་གདན་འདྲེན་ཞུས་ནས་འདུན་མ་བཏམ་ཞིང་འབྲུག་པ་བསྐྱམས་ཞིང་ཡོད་པ་རེད། སྤྱོལ་མའི་བཀའ་ལ་སློགས་གཉིས་ཀས་བརྩི་བཀའ་ཞུ་ཞིང་ཡོད་སྟབས་རྟོག་དུ་དེ་དག་བསལ་ཐུབ་ཅིང་ཡོད་པ་རེད།

གཉིས། བོད་མིའི་ཤ་ལན།

འཕྲོག་པའི་མི་ཤ་ལན་ཤ་ལན་ཟེར་བ་སྐབས་འགར་སྡེ་པ་དང་སྡེ་པའི་བར་དང་། མི་ཆང་དང་མི་ཆང་བར་ལ་འབྲུག་པ་ཤོར་ནས་མི་ལ་ཤི་རྩལ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། འཕྲོག་པ་མི་ཆང་གཅིག་གི་ནང་མི་གཅིག་བསད་ཤོར་བ་ཡིན་ན། བསད་མཁན་དེ་ལ་ལག་དམར་ཟེར་ཞིང་། འདས་པོ་དེའི་ནང་གི་སྐུན་མཆེད་རྣམས་ཀྱིས་ལག་དམར་དེའམ་དེའི་ནང་གི་པ་དང་སྐུན་མཆེད་གང་རུང་ཞིག་བསད་ཐུབ་པར་བྱ་རྒྱུ་དེ་ལ་ཤ་ལན་ལེན་ཟེར་ཞིང་ཡོད་པ་རེད། གནའ་དུས་ཀྱི་བོད་མི་རྣམས་ཀྱི་མི་ཤའི་ཁ་མཆུ་དེ་ཡག་པོ་ཞིག་འགྲིག་ཐབས་མ་བྱུང་ན། མི་རབས་ནས་མི་རབས་བརྒྱུད་དེ་པན་ཚུན་ཤ་ལན་ལེན་རེས་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། དུས་རབས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་བྲིམས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཤ་ལན་གྱི་ཚུན་པ་དེ་བཀག་ཐུབ་ཅིང་ཡོད་པ་མ་རེད། དག་ཤ་དེ་རིགས་བསྐྱམས་པར་བྱེད་པ་ལ་སློགས་གཉིས་ཀས་དད་པ་ཡོད་པའི་སྤྱོལ་མ་ཞིག་གིས་བསྐྱབ་བྱ་སྤྲད་ནས། སློགས་གཉིས་ཀ་ལ་ཁི་པམ་མེད་པའི་ཆད་འཇལ་རྣམས་ལགས་པར་ལག་ལེན་བྱ་བརྒྱུ་ཅིང་། དེའི་མདུན་དུ་སྐྱོན་ཆད་དག་ཤ་མི་ཚུན་པའི་ཁས་ལེན་ཞུ་བརྒྱུ་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། གལ་སྲིད་ཁོ་ཆོས་

སྒྲ་མའི་མདུན་ནས་ཁས་ལེན་ཞུས་པ་ཡིན་ན་དེའི་ཕྱིན་ཆད་སྒྲ་མའི་དམ་ཆོག་སྤྱད་
ནས་པན་ཚུན་མཐུན་པོ་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་རེད།

གསུམ། བོད་མིའི་རྩོན་རྒྱུ་རི་བྲིམས།

འཕྲོག་པའི་བྲིམས་སྒྲོལ་སྒྲོར་མཁས་དབང་ནམ་མཁའི་འོར་བུས་མཛད་པའི་
《ཁིང་འཕྲོག་ལམ་ཡིག》ལས།

【འཕྲོག་པའི་ཡུལ་བྲིམས།】 འཕྲོག་ཡུལ་དེ་དག་རྒྱ་མངའ་ཐང་ཅན་གྱི་དཔོན་པོ་
དང་། ཡང་ན་དགོན་སྡེ་ཁག་གིས་བཀས་བཀོད་ཀྱིས་བཞག་པའི་བྲིམས་གང་
ཞིག་ཀྱང་མི་འདུག་པར་མ་ཟད། མི་སྡེའི་ཆོགས་པ་གང་རུང་གིས་གཏན་འབེབས་
བྱས་པའི་བཅའ་བྲིམས་ཀྱང་མི་སྤང་ཁིང་། འོན་ཀྱང་ཡུལ་ལ་བྲིམས་གང་ཡང་
མེད་པས་གང་བྱུང་བྱུང་རུ་མི་གསོད་པ་དང་། རྒྱ་ཁོར་འཕྲོག་པ་སོགས་མགོ་
མཚུག་གཏན་ནས་མེད་པ་ཞིག་ཀྱང་མ་རེད། དེ་དག་གི་གནས་ལུགས་ནི་གནའ་
བོད་རུས་སྟ། དར་སྒྲོལ་ཡོད་པའི་ལྷ་ཆོས་དང་མི་ཆོས་བྱུང་རུ་འབྲེལ་བའི་ཡུལ་
བྲིམས་དག་རང་གཤིས་སྟ། གོམས་འདྲིས་ཡུན་རིང་རུ་ཕྱིན་པའི་རྒྱན་སྒྲོལ་མ་
ཉམས་པ་ཞིག་ཡིན་འདུག །འཕྲོག་མའི་ཡུལ་བྲིམས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་
གཙོ་བོ་ནི་འཕྲོག་རུ་སོ་སོར་ཡོད་པའི་ཆུན་པོ་ཞེས་བྱ་བ། འཕྲོག་མི་ཆུན་རིམ་སྒོ་
ཞོག་དྲུང་བ་དག་གིས་བྱེད་ཅིང་། རུས་ནི་སྤང་ལླའི་བཟི་རྒྱལ་དང་། དེར་མ་
གྲུབ་པ་རྣམས་སྟག་ལླའི་འདུ་བའི་སྐབས་སུ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་འདུག།

【འཕྲོག་པའི་རྩོན་བྲིམས་ནི།】 འཕྲོག་ཡུལ་གང་རུ་ཡིན་ཡང་རུང་། ཡུལ་
སོ་སོའི་སྒྲ་རི་དང་གཞི་བདག་གམ། ཡང་ན་དགོན་པ་ཁག་གི་བཀས་རི་རྣམས་
ནས་རི་དྲགས་ཆེ་སྤྱུ་མཐའ་དག་གསད་མི་ཆོག་ཅིང་། གལ་ཏེ་གསོད་མཁན་ཞིག་
བྱུང་ན། དེ་མ་ཐག་རྒྱ་ཡུལ་དེའི་མི་སྡེའི་ཆོས་རྗེས་འདེད་བྱེད་ཅིང་། སེམས་
ཅན་གང་བསད་པ་དེའི་རོ་དང་། གསོད་མཁན་གྱི་རྒྱ་བོག་རྣམས་འཕྲོག་སྟེ་ཡུལ་
དེའི་སྤང་ལླའི་བཟི་རྒྱལ་གྱི་རྟེན་ཐེབས་སུ་འཕྲོག་གི་ཡོད་པ་རེད། གལ་ཏེ་གསོད་
མཁན་དེ། མི་སྡེའི་དཔུང་ཆོགས་ཤིག་ཡིན་ན་དེར་ཡོད་དགོན་པ་གང་རུང་གིས་
བར་འདུམ་བྱེད་ཅིང་། རྩོན་པ་ཆོས་གང་བསད་པའི་རོ་དང་། རྒྱ་བོག་ཆ་གཅིག་

གིས་བཤགས་པ་འབྲུལ་དགོས་པ་དང་། གལ་ཏེ་རྩོན་པ་ཚོས་ཁས་མ་སྒྲངས་ན་
ཡུལ་དེ་དང་མི་ཚོགས་དེའི་བར་ཏིས་ཚོད་ཀྱི་གཞི་ཆེན་པོར་འགྱུར་གྱི་ཡོད། འོན་
ཀྱང་འཕྲོག་མི་ཚོས། གཞི་བདག་དང་བཀག་རི་རྣམས་ལས་རི་དྲགས་བསད་ན་
རང་རང་གི་ཁ་ཞེ་གུང་པ་དང་། ཚོ་ཐུང་བ་དང་། གང་བྱས་ལམ་དུ་མི་འགོ་བ།
སློ་ཞོར་ལ་ཤི་གོད་འབྱུང་བའི། ཡིད་ཆེས་གཏིང་ཟབ་མོར་ཡོད་པར་བརྟེན་བྲིམས་
འགལ་བྱེད་མཁན་ཤིན་ཏུ་ཉུང་ཞིང་། གལ་ཏེ་བྱས་ནའང་འཕྲལ་དུ་བཤགས་པ་
དང་ལེན་བྱེད་གྱི་ཡོད་པ་རེད།

【འཕྲོག་པའི་རི་རྒྱ་ནི།】 འཕྲོག་ཡུལ་གྱི་སྒྲ་རི་དང་གཞི་བདག་རྣམས་ནས་སྒྲས་
ཀྱང་རི་དྲགས་བསད་མི་ཚོགས་པ་མ་ཟད། རྩ་ཡུང་དང་། དབྱར་རྩ་དགུན་འབྲུ་
དང་། དཀར་མོག་རྣམས་ཀྱང་བཞོ་འདོན་བྱེད་མི་ཚོགས་ཅིང་། དེ་དག་ནི་འཕྲོག་
མིས་བཤད་སྒྲིལ་དུ་དབྱར་རྩ་དགུན་འབྲུ་གཞི་བདག་གི་སྒྲིང་ཞོར་རེད་ཅེས་དང་།
རྩ་ཡུང་ནི་གཞི་བདག་གི་སྒྲིང་རེད། མི་སྒྲས་བཞོ་འདོན་བྱས་ན་དེའི་མི་སྒྲགས་ལ་
ནད་ཡམས་དྲག་པོ་འབྱུང་ཞིང་། དེའི་རྒྱུ་གྱིས་ཡུལ་ཁམས་ལ་ནད་ཡམས་འབྱུང་
གི་རེད། ཅེས་ཟེར་ཞིང་ཡིད་ཆེས་ཀྱང་བྱེད་གྱི་ཡོད་པ་རེད།

དེའི་སློར་ནས་རྟག་པར་འཕྲོག་ཡུལ་གྱི་མི་སྒྲེ་པན་ཚུན་རྣམས་ཚོད་གཞིར་འགྱུར་
བ་ཤིན་ཏུ་མང་ཞིང་། ཡུལ་ཁ་ཤས་ཀྱི་གཞོན་ནུ་པོ་མོ་རྣམས་ཡུལ་གཞན་དག་ཏུ་
ཕྱིན་ཏེ། གསང་སྟབས་ཀྱིས་རྩ་ཡུང་སོགས་བཞོ་འདོན་བྱེད་ཅིང་། ཡུལ་དེའི་མི་
སྒྲེས་ཤིས་རྟོགས་བྱུང་བའི་ཆེ། ཁོང་ཚོས་བཞོ་མཁན་རྣམས་འཛིན་བཟུང་ཐོག་
འཕྲོག་བརྒྱུད་གང་ཐུབ་བྱེད་གྱི་ཡོད། དེའི་འབྱུང་རྒྱུ་གཙོ་བོ་ནི། སྤྱི་འཕྲོག་མི་
གཞོན་ནུ་དག་རྩ་ཡུང་སོགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཡིད་ཆེས་རྒྱུད་བ་དང་། མ་ཟད་དངོས་
རྩམ་དེ་རིགས་ལ་བརྟེན་ཏེ་རྒྱ་ཚོང་པ་དག་ལས་རྩ་དང་། དར་རས་རྒྱན་ཆ་སོགས་
ཉོ་སྤྲོད་བྱེད་ཐུབ་གྱི་ཡོད་པ་རེད།

【འཕྲོག་པའི་རི་བཤེར་ནི།】 འཕྲོག་པའི་ཡུལ་བྲིམས་ཀྱི་རྒྱུད་འཛིན་པ་དང་།
ཡུལ་གྱི་བདེ་འཇགས་སྤྱང་སྒྲིང་གི་ལས་འཁུར་གལ་ཆེ་ཤོས་ནི། རི་བཤེར་བྱེད་
དགོས་པ་དེ་ཉིད་ཡིན་འདུག་ཅིང་། དེ་ཡང་འཕྲོག་སྤྱི་ལྷན་སོ་སོ་ནས་དབྱར་

སྟོན་རྒྱུ་གཉིས་སུ་ཉིན་རྒྱུ་ངེས་མེད་ལ། རི་བཤེར་རྒྱ་ཡང་ཡང་འགྲོ་སྟོན་ཡོད་
 འདུག་ཅིང་། རི་བཤེར་འགྲོ་མཁན་ནི་ཡུལ་སོ་སོའི་སྔ་གཞོན་བཞོན་ཏེ་བཟང་གས་
 རྣམས་ཡིན་པ་རེད། འཕྲོག་པའི་སྔ་གཞོན་རྣམས་རྟག་པར་རི་བཤེར་རྒྱ་འགྲོ་བ་
 ལ་ཏ་ཅང་དགའ་སྟོན་ཡོད་པ་རེད། གང་ལགས་ཞེ་ན། དེ་དག་ནི་རྟག་པར་ཡུལ་
 གྱི་དག་དང་འཐབ་ཚྭ་བྱེད་པ་ལ་ཏ་ཅང་དགའ་སྟོན་ཡིན་པ་ལྟར། སྐབས་དེར་གྱི་
 ཡུལ་ནས་འཕྱོར་པའི་རྩོན་པ་དང་། རི་རྒྱ་བཤེག་མཁན། ཉིས་ཚྭ་བྱེད་མཁན་
 སྟགས་དང་འཕྲད་སྲིད་གྱི་ཡོད་པ་རེད། རི་བཤེར་གྱི་ལས་དོན་གཙོ་བོ་ནི་རྩོན་པ་
 དང་། རི་རྒྱ་བཤེག་མཁན། རྟག་རྒྱུ་དང་། ཉིས་ཚྭ་ནམ་དེ་དག་གི་སྔ་
 རྒྱལ་སྟགས་ཡོད་མེད་རྟག་ཞིབ་བྱེད་གོས་པ་དག་ཡིན་འདུག་པ་དང་། རི་བཤེར་
 རྒྱ་འགྲོ་རྒྱུ་ཀྱང་། སྟོན་མ་སྟོན་མའི་སྐབས་སུ་གྱི་མ་གྱི་མའི་རྒྱུ་ཚོད་ཁས་ཆད་
 བྱེད་པ་ཅམ་ལས་ངེས་ཆ་ཅན་གང་ཡང་མི་སྤྱང་ངོ་། །

བཞི། འཕྲོག་པའི་རྟག་བྲིམས།

འཕྲོག་པའི་རྟག་བྲིམས་ནི། འཕྲོག་མི་སུ་ཞིག་གིས་དེ་སྟོན་འཁོན་གཞི་བྱང་
 མེད་པའི་མི་སྡེ་གང་རུང་དང་། མི་སྡེ་ནང་ཁུལ་བཅས་པར་རྟག་པ་རྒྱག་མི་ཚོག་
 ཅིང་། གལ་ཏེ་བྲིམས་འགལ་བྱེད་མཁན་ཞིག་བྱང་ན་སྤང་ལྷའི་བཞི་རྒྱལ་ལམ་
 རྟག་ལྷའི་འདུ་བའི་སྐབས་སུ། གང་འཕྲོག་བཅོམ་བྱས་པའི་དངོས་པོ་རྣམས་ཕྱིས་
 ལེན་གྱིས་དག་ལ་ཚྭ་འདུམ་བྱེད་གྱི་ཡོད་པ་རེད། འཕྲོག་མིས་འཇབ་རྒྱུ་བྱེད་
 སྟོན་མི་འདུག་པར་སུ་ཞིག་གིས་བྱས་པ་ཡིན་ན་དེ་ནི་སྤྱིས་པ་པོའི་གལ་ནས་སྟོན་
 པའི་ཁྲིལ་དང་ངོ་ཆ་ཏ་ཅང་ཆེ་བར་བྱེད་པ་དང་། གལ་ཏེ་མི་སུ་ཞིག་ཡུལ་དེའི་
 དག་ཡིན་པའི་ཡུལ་རྒྱ་བྱིན་ཏེ། རྟ་ཞོར་སྟགས་འཕྲོག་བཅོམ་བྱེད་ཐུབ་པ་ཡིན་ན།
 མི་དེ་ནི་ཡུལ་མི་ཚང་མས་ཕྱིས་ཐང་ཆེ་ཞིང་། དཔལ་བོའི་གྲངས་སུ་འཛོག་གི་ཡོད་
 པ་རེད། སྤྱིར་འཕྲོག་མའི་རང་གཤིས་གོམས་འདྲིས་སུ་དབྱར་ཁ་སྤྱིས་པ་དར་མ་
 རྣམས། དག་རྟག་ལ་ཐངས་རི་འགྲོ་མ་ཐུབ་པ་ཡིན་ན་གོ་ཁའི་རྒྱ་མོ་ཞེས་འཕྱ་
 སྟོན་བྱེད་སྟོན་ཡོད་འདུག་ཅིང་། དེ་འདྲའི་རྟག་ཚོམ་རྒྱ་འགྲོ་ཡུལ་ནི་ཡུལ་དེའི་སྤྱི་
 སྤེར་གྱི་ཉིས་ཚྭ་གང་རྒྱུ་ཡོད་པ་དེར་འགྲོ་བའམ། དེ་ལྟ་བུ་མེད་ན་ས་ཐག་ཏ་

ཅང་རིང་ཞིང་ཆ་རྒྱས་མེད་པའི་ཡུལ་དག་ཏུ་འགོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། །

ལ། བོད་མིའི་ཁྱོད་དང་ཁ་མཆུ།

འབྲོག་མི་ཚོས་ཁ་མཆུ་ལ་གྱོད་ཅིས་དང་། ཁ་མཆུ་ཅན་པན་ཚུན་ལ་གྱོད་པ་
ཞེས་དང་། ཁ་མཆུའི་འདུམ་བྱེད་མཁན་རྣམས་ལ་གཟུ་པ་ཞེས་དང་། འདུམ་གྱི་
ཚོད་དོན་ལ་གཟུ་ཞེས་ཟེར་སྒྲིལ་འདུག །གྱོད་པ་པན་ཚུན་འཁོན་གཞི་བཤད་པའི་
ཚོ། རྒྱུ་ཅིས་བྱ་བ་བཤད་བྱའི་ཚོག་དངོས་མ་སྒྲིལ་པར་གངས་རི་དང་། སང་
གོ། རྒྱ་མཚོ་ལ་སོགས་པའི་དཔེ་བཞག་ཅིང་། དཔེའི་སྤྱིང་ནས་གྱོད་ཀྱི་དོན་
འབྲས་བཤད་པ་དང་། ཡང་སྒྲུག་ཅིས་བྱ་བ་གྱོད་ཀྱི་ཚ་བ་མ་སྤྱིང་སོགས་གང་ལ་
ཐུག་པ་དེའི་ཆེད་ཏུ་རྒྱ་དངོས་འདི་དགོས་ཀྱི་མཚུབ་སྟོན་བྱེད་ཅིང་། ང་ལ་སྒྲུགས་
འདི་ཅུམ་བྱུང་ན་གྱོད་བཤད། མ་བྱུང་ན་མི་བཤད་ཅིས་བྱ་བ་ཞིག་གྱུང་ཡོད་པ་
རེད། ཁྱོད་ཀྱི་ལས་ཁུངས་ནི་ཡུལ་གྱི་རྒན་པོ་པན་ཚུན་གཉིས་དང་། རྒྱུ་པ་
ཞེས་བྱ་བ་གྱོད་པ་པན་ཚུན་ལ་འདྲི་བསྐྱར་བྱེད་མཁན་གྱི་མི་རང་བཞིན་དྲང་ཞིང་
རིག་པ་བཟླ་བ་གཉིས་བཅས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། གཟུ་པ་གཉིས་ནི་སློགས་
རིས་མེད་པ། མ་ཟད་གཟུ་པ་རང་སློགས་ཀྱི་གྱོད་ཡ་ལ་ཅུང་པམ་ཁ་སྤྱད་མཁན་
རེ་དགོས་འདུག་ཅིང་། གཡ་ཏེ་གཟུ་པ་གང་ཅུང་གིས་སློགས་ཞེན་བྱས་ཏེ་གཞན་
སློགས་ལ་པམ་ཁ་སྤྱད་འདུག་ན། ཁྱོད་ཡ་དེས་གཟུ་པའི་གཟུ་ལ་མི་ཉན་ཞིང་གཟུ་
པ་ལ་ཡང་གྱོད་བྱེད་ཚོག་པ་དང་། དེ་འདྲ་བྱུང་ན་གཟུ་པ་གསུམ་པ་ཞིག་བཅོལ་
ཏེ་བདེན་རྒྱུན་ཤན་འབྱེད་ཐོག་གཟུ་པ་སྟོན་རྒྱུ་མོང་ནས་གཟུ་གཏོང་དགོས་
ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

གྱོད་བཤད་ཚུལ་དངོས་ནི། རྒྱུ་པ་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱུ་དེབ་ཅིས་བྱ་བ་ཉན་
གངས་མང་པོའི་བར་ཏུ་གྱོད་པ་པན་ཚུན་གྱི་གྱོད་ཚ་འདྲི་བསྐྱར་བྱེད་ཅིང་དེ་དག་
གི་དོན་འབྲས་རྣམས་རེ་རེ་བཞིན་གཟུ་པ་ལ་ཁྱབ་དང་། གཟུ་པ་ཚོས་ལེགས་
ཉེས་དཀར་ནག་ཤན་འབྱེད་ཀྱི་སྤྱིང་ནས་གཟུ་གཏོང་དགོས་པ་རེད། སྤྱིར་འབྲོག་
མིའི་ཁ་མཆུ་འདུམ་མཁན་ནི། སྤྱི་པོ་ཉམ་རྒྱུང་ཡིན་ཡང་སྒྲོ་ཁོག་དྲང་ན་གཟུ་ཆེན་
པོ་དག་གྱུང་གཏོང་བྱུབ་སྟེ། མི་སྤེའི་ཁ་དཔེ་ལའང་། གཟུ་ར་སྤྱག་ཅན་གྱིས་

བཏང་ན། ལྷག་ལྷག་ཅན་གྱི་ཡར་རྒྱས་མེད། ཅེས་བརྗོད་པ་ལྟར་བཙུ་འཛིག་
 བྱེད་དགོས་པ་དང་། གལ་ཏེ་གཟུ་པ་ཕན་ཚུན་ནས་དྲང་བདེན་གྱི་གཟུ་བཏང་
 ཟེན་པའི་རྩིས་སྟ། བྱོད་ཡ་གང་ཅུང་ནས་གཟུ་དེ་དང་ལེན་མ་བྱས་ན་བྱོད་གཟུ་
 པའི་བྱོད་ཅེས་པ་གཟུ་པ་རྣམས་དང་བྱོད་ཡ་དེ་བཅས་བྱོད་གཞི་ཆེན་པོ་ཆགས་གྱི་
 ཡོད་པ་རེད། གལ་ཏེ་འཛོག་སྡེ་ཕན་ཚུན་གྱི་ཚོད་གཞི་ཆེ་རིགས་ཡིན་ན་སྟོགས་
 ཕན་ཚུན་གྱི་ཆན་པོ་རྣམས་དང་། ལྷག་པར་ཡུལ་སོ་སོའི་སྤྱི་དང་དགོན་གྱི་
 དག་གིས་གཟུ་གཏང་དགོས་པ་དང་། རྒྱ་ཁག་ནང་ཁྲུལ་གྱི་བྱོད་ཆུང་བྱའི་རིགས་
 ཡིན་ན་དེར་ཡོད་གྱི་གཟུ་པ་ཆན་པོ་གཅིག་དང་། རྩིག་པ་གཅིག་བཅས་གྱིས་ཀྱང་
 འབྲས་གྱི་ཡོད་པ་རེད།

དུག །བོད་མིའི་སྟོང་འཇལ་ཚུལ།

【བོད་མིའི་སྟོང་】 འཛོག་ཡུལ་གྱི་མི་སྡེ་ཁག་གཉིས་གྱིས་འཆོ་བའི་འཁོན་
 གཞི་ལ་བརྟེན་ཏེ་ཕན་ཚུན་མི་གཉིས་བསད་པ་ཡིན་ན། གཟུ་པས་སྡེ་བཅད་སྟེ་
 སྟོམ་གྱི་གཟུ་གཏང་དགོས་པ་ཅུ་ལས། མི་སྟོང་བསྐྱབ་དགོས་སྟེ་མེད་པ་རེད།
 འོན་ཀྱང་ཆོ་པ་ནང་ཁྲུལ་ནས། གང་བསད་པའི་མི་དེའི་བྱིས་མི་ལ་སེམས་གསོའི་
 ཆེད་དུ་རྟ་ཕྱགས་གྱི་སྟེས་དང་། གཤེན་པོའི་དགོ་རྩེ་ཞག་བཞི་བརྒྱ་ཞེ་དགའི་
 རིང་སྤྲ་མཆོད་ཁ་ཤས་སྟུན་དྲངས་ཏེ་བྱང་ཆོག་བསྐྱབ་དགོས་པ་དང་། དེ་དག་ལ་
 བསྟེན་བཀུར་སོགས་འགན་ཉེ་ལེན་བྱེད་དགོས་གྱི་ཡོད་པ་རེད། གལ་ཏེ་མི་
 གཅིག་གིས་མི་ཞིག་བསད་པ་ཡིན་ན། ཐོག་མར་མི་ཤའི་མགོ་བཀུག་ཅེས་བྱ་བ་
 གསོད་པ་པོས་གསོད་བྱེད་གྱི་ལག་ཆ་རལ་གྱི་སོ་དམར་ཞེས་པའི་རལ་གྱི་འཕ་སྟག་
 པོག་རྩ་དམར་ཞེས་པའི། མི་མདའ་གང་ཡིན་དེ་བསད་བྱའི་ནང་མིའི་ལག་དུ་
 འབྲལ་དགོས་པ་དང་། དེ་ནས་བསད་མཁན་གྱི་གཉེན་ཆོན་དང་མནའ་ཡའི་
 སྟོགས་གྱི་པ་རིགས་སྟེ་ནས། ལྷག་གི་རྟ་སོ་ཞེས་བྱ་བའི་རྟ་སྐད་གྲགས་ཅན་ཞིག་
 དང་། མོ་རིགས་སྟེ་ནས་རྒྱན་ཆའི་གཙོ་བོ་སྟོས་ཤེལ་སྟེས་བཟང་ཞིག་བཅས་བསད་
 བྱའི་ནང་མི་ལ། འབྲལ་བའི་ཐོག་ལྷག་གང་དགོས་པ་འབྲལ་རྒྱའི་ཁས་ལེན་བྱེད་
 དགོས་གྱི་ཡོད་པ་རེད།

དེ་ལྟར་སྒྲགས་གི་སྒྲོར་པན་ཚུ་ལ་སྒོ་མཐུན་པའི་རྗེས་སུ་གདན་གཏོང་ཞེས་བྱ་བའི་གཡལ་ཆེན་གཅིག་དང་། རྩ་ཕོ་གཅིག་བཅས་གསལ་མཁན་རང་ཉིད་གྱིས་གསལ་བྱའི་སྒྲགས་ཀྱི་ཁྱོད་པ་དེ་ལ་སྒྲེར་དགོས་པ་རེད། ཁྱོད་དངོས་བཤད་པའི་ཆོ་གཟུ་པ་ཆོས་ཐོག་མའི་འཁོན་གཞི་སྒྲུབ་སྒྲགས་ནས་བྱང་འདུག་པ། འདི་ཅད་བྱེད་ཆེད། དེ་ནི་ཉེས་པ་ཆེ་བར་བརྟེན། དེའི་སྒྲེར་ནས་མི་སྟོང་གི་སྟོན་དཔེ་རི་ལྟར་ཡོད་པ་གཞིར་བཟུང་ནས་ཉེས་པ་ཆེ་ཆུང་དང་བརྟེན་པའི་གཟུ་གཏོང་སྲོལ་ཡོད་པ་རེད། མི་སྟོང་གི་སྟོན་དཔེ་ཞེས་པའི་དོན་ནི་གསལ་བྱའི་མི་ཆང་དེ་སྤར་ཡང་མི་ཤ་བྱུང་སྟེང་བར་གཞིར་བཅས་ཤིང་རྒྱས་སྐབས་དེར་མི་སྟོང་རི་ཅམ་ཐོབ་པ་དེ་མ་འོངས་པའི་མི་སྟོང་གི་དཔེར་ཆ་དུ་འཕྱར་གྱི་ཡོད་པ་རེད། གནས་ཚུལ་འདི་ལ་སྟོས་ན་འཕྲོག་ཡུལ་དུ། མི་ཤའི་འཁོན་ཅོད་ནི་རྒྱན་མར་འབྱུང་གི་ཡོད་པར་མངོན་ནོ། །

སྒྱིར་འཕྲོག་མའི་མི་སྟོང་གི་ཆད་ནི་ཆེ་འབྲིང་ཆུང་གསུམ་དུ་སྤྲང་སྟེ། དེ་ཡང་མི་སྟོང་ཆེ་གསལ་ལ་དདུལ་རྩོམ་དང་བརྒྱ་དང་། འབྲིང་གསལ་ལ་རྩོམ་དང་བདུན་ཅུ་ཆུང་གསལ་ནི་རྩོམ་དང་ལྷ་བཅུ་ཡིན་པ་རེད། དེ་ཡང་རྩོམ་དང་ཅེས་པ་ནི་སྤར་རྒྱས་ཀྱི་རྩོམ་དང་རྩ་མིག་མ་ཅེས། དདུལ་སྤར་ལྷ་བཅུ་གོར་གོར་བཅོས་པ་དེ་རིགས་ཡིན་འདུག་ཀྱང་། མི་སྟོང་གི་ནང་དུ་རྩོམ་དང་ཅེས་མིང་དུ་བཏགས་པ་ཅམ་ལས་དདུལ་གྱིས་མི་འབྲུས་ཤིང་། དེའི་ཅིས་གཞི་ནི་དམར་ཟོང་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་མི་སྟོང་ཆེ་གསལ་གྱི་རྩོམ་དང་རེ་ལ་འབྲི་གཡལ་དུག་རེ་དང་། འབྲིང་གསལ་ལ་འབྲི་གཡལ་བཞི་རེ། ཆུང་གསལ་ལ་འབྲི་གཡལ་གཉིས་རེ་བཅས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། མི་སྟོང་གི་ཅིས་གཞི་སྟོན་ལོན་གྲུབ་པ་ན། གསལ་མཁན་དེས་གསལ་བྱའི་མ་དང་ཆུང་མ་བཅས་ལ་ཉེ་བའི་མཐུན་ཤ་ཞེས་བྱ་བའི་འབྲི་མ་རེ་རེ་དང་། ས་ལ་སྤྱུའི་བྱར་ཤ་ཞེས་བྱ་བའི་རྩ་ཕོ་གཅིག་བཅས་སྒྲེར་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

【འཕྲོག་པའི་བག་སྟོང་】 འཕྲོག་པའི་རྒྱན་སྟོང་། གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་འཕྲོག་ཡུལ་དུ། འཇམ་རྒྱུ་གྱི་དར་སྲོལ་མེད་པར་བརྟེན་སྟོང་གི་སྒྲིང་གཞི་བྱེད་འོས་མ་མཆིས་ཤིང་། འོན་ཀྱང་སྐབས་འགར་འཕྲོག་མ་འགའ་ཤས་གྱིས་ཡུལ་པན་

ཚུན་ནས་འཕྲོག་བཅོམ་བྱས་པའི་སྐོར་ནས། གྲོད་གཞི་མང་དུ་འབྱུང་ཞིང་ཡོད་པ་
 རེད། དེ་དག་ནི་འཕྲོག་མི་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁ་དཔེར། ལྷ་ཡི་ཁོར་ལ་དགུ་འཇལ།
 འདུ་བའི་ཁོར་ལ་ལྷ་འཇལ། སྤུ་ཁུའི་ཁོར་ལ་གསུམ་འཇལ་ ཞེས་པ་ལྟར་དགོན་
 པ་དང་སློབ་བྱང་སོགས་ཀྱི་ཁོར་ལ་དགུ་ལོག་དང་། སྤྱི་ལག་དང་ཅུ་སྐོར་སྤྱིའི་ཁོར་
 ལ་ལྷ་ལོག་དང་། ཡུལ་ནང་ཁོངས་ཀྱི་ཁོར་ལ་གསུམ་ལོག་གི་སྟོང་འཇལ་དགོས་
 ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

【འཕྲོག་པའི་རྟ་སྟོང་】 འཕྲོག་ཡུལ་དུ་རྟུན་པར་གཡག་གིས་རྟ་དྲེལ་
 བརྒྱངས་ནས་བསད་པའི་ཚོད་གཞི་མང་དུ་འབྱུང་ཞིང་། དེ་ཡང་གཡག་གཅིག་
 གིས་རྟ་དྲེལ་གང་ཅུང་ཞིག་བརྒྱངས་ནས་བསད་པ་ན་རྟུང་གི་རྩ་དམར་ཞེས་བྱ་བ་
 རྟུང་མཁན་གྱི་གཡག་བཟང་ཞན་གང་ཡོད་པ་དེ། རྟ་བདག་ལ་འཕྲལ་དུ་སྤྲད་
 དགོས་པ་དང་། གལ་ཏེ་གསད་བྱ་དེ་དྲེལ་ཞིག་ཡིན་ན་གསོད་མཁན་གྱི་རྩ་དམར་
 དེ་དང་གཡག་སོ་རྩལ་གཅིག་བཅས་སྤྲད་དགོས་པ་རེད། གལ་ཏེ་རྟ་དྲེལ་གང་ཅུང་
 ཞིག་བསད་དེ་གསོད་མཁན་གང་ཡིན་པ་ན་ཚུལ་གཉིས་སྤྲགས་ནས་དངོས་མཐོང་
 མ་བྱུང་ཞིང་། ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པའི་ཆོ་གཡག་གང་ཅུང་གི་རྩ་ལ་ཁྲག་གམ་ཞག་
 ཚུལ་ཡོད་པ་ཞིག་རྟེན་ན་འཕྲོག་མིའི་ཁ་དཔེར་ འཕྲོང་རྟ་བརྒྱང་རྩ་ཚ་མར་གྱིས་
 ཤན་ཞེས་པ་ལྟར་རྟ་གསོད་མཁན་དུ་ངོས་འཛིན་ཞིང་། འོན་ཀྱང་དངོས་སུ་མ་
 མཐོང་བར་བརྟེན། རྟ་དྲེལ་གང་ཡིན་ཡང་ཅུང་སྟོང་ལ་གཡག་ཤད་གཅིག་གིས་
 འཕྲུས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

【འཕྲོག་པའི་བྱི་སྟོང་】 འཕྲོག་ཡུལ་གྱི་བྱ་མོ་ཞིག་ལ་གཉེན་འདུམ་མ་བྱས་
 པའི་གོང་ལ་བྱི་ལྷག་གཅིག་བྱུང་བ་ཡིན་ན་ནང་གི་པ་མ་ཚོས་འཕྲལ་དུ་པ་སུ་ཡིན་
 འདྲི་ཚད་བྱེད་ཅིང་། སྤྲགས་པ་ཚུན་གཉིས་ཀའི་པ་མ་རྣམས་གཉེན་འདུམ་བྱ་
 བར་སློ་མཐུན་ན་འཕྲལ་དུ་བག་ཚོག་སྤྱི་ལྟར་བྱེད་པ་དང་། དེ་ལྟར་མ་མཐུན་ན་
 བྱི་མོ་དེས་བྱ་མོ་དེ་ལ་ཕོ་རྟ་འོ་ལྷགས་ཞེས་པའི། བྱི་སྟོང་འཇལ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་
 རེད། དེའི་དོན་ནི་ཕའི་ཚབ་དུ་ཕའི་བཞེན་རྟ་བཟང་ཤོས་དང་། འོ་མའི་དོན་
 དུ་འབྲི་སོ་རྩལ་གཅིག་དང་། གོས་རྟེན་དུ་ལྷག་འཆོ་ཅུ་བརྟན་བཅས་སྟེར་དགོས་

གྱི་ཡོད་པ་རེད། གལ་ཏེ་བྱི་པོ་འཁོས་ཞན་བཞོན་རྟ་མེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན་
བཞོན་རྟ་འི་ཚབ་དུ། གཡག་སོ་དུག་གཅིག་གིས་འབྲུས་གྱི་ཡོད་འདུག་པ་འདི་ནི་
འབྲོག་ཡུལ་དུ། གནའ་སྒྲིལ་ཡོངས་གྲགས་ཤིག་ཡིན་པར་བརྟེན་གཟུ་པ་སོགས་ལ་
མ་སྟོས་པར། འབྲུལ་དུ་སྤང་ལེན་བྱེད་པ་ཅམ་ལས་ཚྱོད་སྤྱིང་བྱེད་དགོས་གྱི་མེད་
པ་རེད།

【འབྲོག་པའི་བག་སྟོང་】 འབྲོག་ཡུལ་གྱི་བྱ་མོ་མང་དག་ཞག་གསུམ་བག་མར་
ཕྱིན་ཏེ་སྤར་བྱིས་དུ་ལོག་རྗེས། ཡང་བསྐྱར་བག་མ་ལེན་མཁན་གྱི་ནང་དུ་འགོ་
རོགས་མི་བྱེད་ཅིང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་མོ་ཤ་ཞེས་བྱ་བའི་ཚྱོད་གཞི་དུག་པོ་ཡོང་
གི་ཡོད་པ་རེད། དེའི་འབྲུང་ཁྱེན་ནི་ཁོ་པོའི་བསམ་པར་ནམ་རྒྱུན་དུ་འབྲོག་མའི་
གཞེན་སྤྱིག་གི་འདུན་མ་མཐའ་དག་སོ་སོའི་ནང་གི་པ་མ་ཚོས་བྱེད་གྱི་ཡོད་འདུག་
པར་བརྟེན། བྱ་མོ་མང་ཤོས་གྱིས་བག་སར་སྤེབས་བྱིན་པའི་བར་དུ་རང་གི་ཁྱོ་ག་
མཐོང་ཁྱོང་བ་དཀའ་ཞིང་། དེ་ལྟ་ན་བྱ་མོ་རང་རང་གི་འདོད་པ་མཐུན་པའི་ཁྱོ་
ག་ནི་ཏ་ཅང་ཉུང་དུ་ལས་ཡོང་མི་སྤྱིད་པ་གཞིར་བཅས། མོ་ཤའི་ཚྱོད་གཞི་དེ་
རིགས་འབྲུང་གི་ཡོད་པར་མཛོན་ནོ། །

【མོ་ཤའི་སྟོང་】 ཁྱོ་ག་དེར་བཞོན་རྟ་བཟང་པོ་ཞིག་གིས་གཙོས་སྟོན་དུ་བྱ་
མོའི་སྤོང་རྟེན་གང་སྤྱད་པ། དེ་དག་དགུ་ལོག་གི་སྟོང་འཇལ་དགོས་སྒྲིལ་ཡོད་
འདུག་ཅིང་། འོན་ཀྱང་དེ་འདྲའི་ཚྱོད་གཞི་བྱུང་ནས་རྗེས་སུ་བྱ་མོ་དེ་མི་ཚང་
གཞན་དུ་བག་མར་བཏང་ན། སྟོན་གྱི་མོ་ཤའི་བདག་པོ་ཚོས་མི་བདེ་བའི་ཚྱོད་
གཞི་མང་དུ་བྱེད་ཅིང་། དེ་ཉིད་འཕེལ་རྒྱས་སུ་ཕྱིན་ཏེ་མོ་ཤའི་ཚྱོད་གཞིར་འགྱུར་
བའི་ཉེན་ཁ་ཤིན་དུ་ཆེ་བར་སྤང་ངོ་། །

བདུན། བོད་མའི་སྟོགས་པོ་མནའ་ཡ།

བོད་མའི་ས་ཁུལ་དུ་སྤང་བྱའི་ཡ་རབས་སྟོད་བཟང་སྐྱར་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་
ལས་དཔེ་མཚོན་ཅམ་བཀོད་པར། མཁས་དབང་ནམ་མཁའི་ནོར་བུའི་གསུང་
ཚུམ་སྟོགས་བསྒྲིགས་ལས།

【འབྲོག་པའི་མནའ་སྟོགས་】 སྤྱིར་བཏང་འབྲོག་མི་རྣམས་འདྲིས་བྱིན་པའི་

རྒྱུ་ལྷོ་ཡིན་པ་ཆེན་ཆོག་པའི་གྲོགས་པོར་འགྱུར་བ་ནི། འབྲོག་མིའི་བྱང་ཆོས་ཐུན་
 མོང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་རེད། འོན་ཀྱང་འབྲོག་མིའི་གྲོགས་པོ་ཞེས་པ་དེ་ཕན་ཚུན་དོ་
 ཤེས་པ་འཕམ་ཡུན་དུ་འདྲིས་པ་ཅམ་གྱིས་མི་ཆོག་ཅིང་། འབྲོག་མི་དག་གིས་མནའ་
 འཛོག་ཅེས་བྱ་བའི་གྲོགས་པོ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་བྱེད་སྒྲུལ་ཡོད་པ་རེད། དེ་
 ཡང་མི་སྡེ་དང་མི་སྡེའི་བར་གྱི་མནའ་འཛོག་གལ་ཆེའི་རིགས་བྱེད་དགོས་པའི་ཆོ།
 ཀོ་དམར་ཁྲག་བརྩིས་ ཞེས་བྱ་བའི་གནའ་འཛོག་སྒྲུལ་ཡོད་འདུག་ཅིང་། དེའི་
 སྦྱོང་ཚུལ་ནི། ཡུལ་སྡེ་འཕམ་ཤོག་ཁག་ཕན་ཚུལ་གྱི་ཆན་པོ་རྣམས་གནས་ཤིག་དུ་
 ལྷན་དུ་འདུས་ཤིང་། གཡམ་གྱི་ཀོ་བ་རྫོན་པ་ཁྲག་དམར་དང་བཅས་པ་ཞིག་ཐང་
 མར་བཅལ་བའི་སྟེང་དུ། ཆན་པོ་རི་ཅམ་ཡོད་པ་དེ་ཐམས་ཅད་གྱིས་རྒྱང་པ་རྩེན་
 པས་མཉམ་དུ་བརྩི་ཞིང་། ལག་གཡམ་གྱི་མཚུབ་མོ་རྣམས་ལྷགས་ཀྱང་ལྷར་བཀུག་
 པ་ཕན་ཚུན་བསྐྱོལ་ནས་སྐབས་གྱི་བརྗོད་བྱའི་དོན་གང་ཡིན་གསལ་པོ་སྒྲོས་རྒྱུ་
 རི་སྤྱོད་གནམ་ས་མ་འཛིག་མ་སྟོང་གི་བར་དུ་མི་འགལ་ཞེས། ཆན་པོ་རེ་རེ་བཞིན་
 བརྗོད་ཅིང་། ཡུལ་སྡེ་སོ་སོའི་ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་རྣམས་དཔང་དུ་འཇུགས་སྒྲུལ་
 ཡོད་པ་རེད། མནའ་དེ་ནི་ཏ་ཅང་ཆབས་ཆེར་བཅི་ཞིང་། གནའ་དེ་བཞག་ཟིན་
 པའི་རྒྱུ་ལྷོ། གནའ་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པའི་མི་སུས་ཀྱང་འགལ་བར་མི་བྱ་ཞིང་།
 གལ་ཏེ་མི་ཞིག་གིས་འགལ་བ་བྱས་པ་ཡིན་ན། འགལ་བ་བྱེད་མཁན་གྱི་མི་དེའི་
 བར་དང་། དེའི་ཤོག་ཁག་བཅས་ལ་ཡུལ་གྱིས་གཞི་བདག་གིས་མི་ཤིས་པའི་
 བཀའ་ཆད་གཏང་བའི་ཡིད་ཆེས་བྱེད་པ་དང་། དེར་མ་ཟད་འགལ་བ་བྱེད་
 མཁན་དེ་ནི་ཤོག་ཁག་ཕན་ཚུན་ཆང་མའི་སྤྱི་དགའ་འགྱུར་བ་ཡིན་འདུག། འབྲོག་
 མི་རེ་རེ་བཞིན་ཕན་ཚུན་གནའ་འཛོག་པའི་ཆོ། མཚུབ་མོ་བཀུག་ ཅེས་བྱ་བའི་
 མནའ་འཛོག་ཅིང་། དེ་ཡང་གྲོགས་པོ་སྤྱིག་མཁན་ཕན་ཚུན་གཉིས་གྱི་ལག་
 གཡམ་པའི་མཚུབ་མོ་གཉིས་ལྷགས་ཀྱང་ལྷར་བཀུག་པ་བསྐྱོལ་ནས་དགོས་བྱའི་དོན་
 གང་ཡིན་བརྗོད་རེས་བྱེད་པ་དེ་ཅམ་གྱིས་འཇུས་གྱི་ཡོད་པ་རེད།

མནའ་འཛོག་པའི་དགོས་གནས་གལ་ཆེ་ཆུང་དང་། གཞི་ཆའི་གནས་ཚུལ་མི་
 འདྲ་བ་མང་དུ་འབྱུང་སྤྱོད་ཀྱང་། དོན་དུ་དེ་ལྟ་བུའི་གནའ་བཞག་ཟིན་པ་ནས་

བཟུང་མནའ་གྲོགས་ཕན་ཚུན་རྣམས་ལ་སྤྱིད་སྤྱག་ལགས་ཉེས་ཇི་ལྟར་བྱང་ནའང་
 སྤྱིད་མཉམ་གསོགས་སྤྱག་མཉམ་འཁུར་ཞེས་པའི་ངག་སྒྲོས་ཡོད་པ་ལྟར་སྤྱིད་ཐག་
 པ་ནས་གཅིག་ཕན་གཅིག་གྲོགས་བྱེད་སྲོལ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་མནའ་འཛིག་
 གི་བྱ་བ་དེ་བྱེད་སྤྱི་བར་མཐོང་ཡང་། མནའ་རྒྱབ་བསྐྱར་བ་ལ་ལ་ཏ་ཅང་ཁག་པོ་
 ཡོད་འདུག །གང་ལགས་ཤེ་ན། འབྲོག་མི་དག་གི་མནའ་ནི་འཛིག་རྟེན་ན་ཆེས་
 ཚབས་ཆེ་བའི་བྱ་བ་ཞིག་ཏུ་བརྟེན་ཞིང་། ལུ་ཞིག་མནའ་ལས་འགལ་བ་དེ་ནི་འཛིག་
 རྟེན་གྱི་ཁྲིལ་དང་བྲལ་བས་སྤྱི་བོ་ཡ་རབས་ཀྱི་གཤམ་ནས་ཐོན་པ་དང་། མ་ཟད་ལྟ་
 དང་ཡུལ་ལྟ་རྣམས་ཀྱང་། དེ་ལ་སྤྱགས་ཁྲིལ་བས་ཆོ་འདི་དང་འཛིག་རྟེན་གྱི་མ་
 གཉིས་ཆར་མི་འདོད་པའི་སྤྱག་བསྐྱལ། ཏུ་མ་འབྱུང་བའི་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཅིང་།
 དེར་བརྟེན་གནའ་ནི་རང་རང་གི་སྲོག་དང་སྤྱག་ནའང་འགལ་ཏུ་འདུག་སྲོལ་མེད་
 པ་རེད། འབྲོག་པའི་མི་རེ་རེ་བཞིན་ཡུལ་སོ་སོའི་ནང་ཏུ་མནའ་ལ་ཞེས་བྱ་བའི་
 གྲོགས་པོ་མང་ཏུ་ཡོད་འདུག་ཅིང་། མནའ་ལ་ཕན་ཚུན་གཉིས་ཅམ་ཏུ་མ་ཟད་དེ་
 གཉིས་ཀྱི་ཉེ་ཆོན་དང་མནའ་གྲོགས་གཞན་དག་བཅས་ཀྱང་གནའ་གྲོགས་སུ་བརྟེན་
 ཞིང་རོགས་རེས་བྱེད་སྲོལ་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན་འབྲོག་མི་ཞིག་ལ་ཡུལ་གཞན་
 གྱི་མི་མྱེས་གཞོད་འཆོ་བྱས་པ་ཡིན་ན། མི་དེའི་གནའ་ལ་རྣམས་ཀྱིས་གཞོད་ལན་
 གཞལ་བ་དང་། གལ་ཏེ་མི་དེ་ལ་ཁ་མཆུ་འམ་ཡང་ན་མི་སྟོང་འཇལ་དགོས་པ་
 སོགས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་གང་ཅུང་ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན་ན། མི་དེའི་མནའ་ལ་ཇི་ཅམ་
 ཡོད་པ་ཐུན་མོང་ནས་འཁུར་ལེན་བྱེད་པ་དང་། ཡང་ན་འབྲོག་མི་ཞིག་ལ་སྤྱགས་
 བྱེད་བྱུང་བའི་རྟེན་གྱི་འཆོ་རྟེན་བྲལ་བའི་དཀའ་ངལ་ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན་ན། མི་
 དེའི་མནའ་ལ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། རང་འཁོས་དང་བསྐྱུན་སྤྱགས་ལུག་བསྐྱུ་གསོག་
 གིས་འཆོ་རྟེན་གསར་བཙོས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལྟ་ན་འབྲོག་ཡུལ་གྱི་གནའ་
 གྲོགས་ནི་ཕན་ཐོགས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ཞིང་། ལུ་ཞིག་འབྲོག་ཡུལ་དེ་དག་ཏུ་མི་ཆོ་བསྐྱལ་
 བ་ལ་མེད་ཏུ་མི་ཅུང་བ་ཞིག་ཡན་འདུག་པར་མ་ཟད་སུ་ཞིག་འབྲོག་ཁུལ་དེ་དག་
 ཏུ་འགྱལ་བཞུད་བྱེད་པ་ལའང་དགོས་གནད་ཏ་ཅང་ཆེ་བར་སྤྲང་ངོ་། །

ས་བཅད་བཞི་ལ། བོད་མིའི་རྒྱན་གོས་སྒྲིབ་བཤད་ལ།

བོད་ཡུལ་ནི་ས་ཆ་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་མི་རྒྱུས་ཁ་འཛིན་དུ་བསྐྱད་ཡོད་སྟབས། སྤྱིར་
བོད་ཡོངས་ཀྱི་རིག་གནས་གཅིག་ཡིན་པ་ལ། བྱེ་བྲག་ཡུལ་སོ་སོའི་རྒྱན་གོས་
རྒྱུས་ཉ་ཅང་མི་འདྲ་བ་སྟེ། ཞིང་པ་དང་འབྲོག་པའི་རྒྱན་གོས་མི་འདྲ་བ་དང་།
རུབ་སྟོགས་དང་ཤར་སྟོགས་ཀྱི་རྒྱན་གོས་མི་འདྲ་བ། དབུས་པ་དང་གཙང་པའི་
ཆས་གོས་མི་འདྲ་བ། ཁམས་པ་དང་ཨ་མདོའི་ཆས་གོས་མི་འདྲ་བ་སོགས་བོད་ཀྱི་
ཡུལ་ཆེན་སོ་སོའི་རྒྱན་གོས་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པ་མ་ཟད། ཡུལ་དེ་དག་རེ་རེ་ལ་འང་
རྫོང་སྡེ་སོ་སོ་དང་། སྡོང་སྡེ་སོ་སོའི་ཆས་གོས་ཡང་མི་འདྲ་ཡོད་སྟབས། བོད་ཀྱི་
རིག་གནས་ལ་ཆ་རྒྱས་མེད་པའི་མཁས་རྒྱུ་འགས་ཡུལ། སོ་སོའི་རྒྱན་གོས་ཅུང་
ཟད་མི་འདྲ་བ་རེ་མཐོང་བར་བརྟེན། དེ་དག་མི་རིགས་མི་འདྲ་བ་རེ་དབྱེ་འདོད་
བྱེད་ཅིང་ཡོད་འདི་ནི་ཉ་ཅང་རྒྱན་གོས་ཉགས་སུ་མཐོང་།

གཅིག་ཁོའི་རྒྱན་ཆས་བཤད་ལ།

སྤྱིར་བོད་ཀྱི་རྒྱན་ཆས་ལ་གཙོ་བོར་གཟི་དང་། ལྷ་རྩ། གཡུ་ལ་སོགས་པ་རྣེ་
རིགས་ཀྱི་རིན་པོ་ཆེ་ལས་བཟོས་པའི་རྒྱན་རིགས་དང་། གསེར་དང་། དངུལ་ལ་
སོགས་པ། ལྷགས་རིགས་ཀྱིས་བཟོས་པའི་རྒྱན་ཆ་རིགས་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཡོད་པ་
འདི་དག་ལ་ནང་གསེས་སུ་དབྱེ་ན། མགོ་རྒྱན་དང་། སྒྲ་རྒྱན། རྩ་རྒྱན། སྡེ་
རྒྱན། ལག་རྒྱན། སྡེད་རྒྱན་བཅས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཡོད་པ་རེད། མགོ་རྒྱན་མང་ཆེ་ཤོས་
བྱད་མེད་ཀྱིས་འདོགས་ཆས་མང་སྟེ། སྟོས་ཤེལ་ལ་བྱུ་རུའི་ཆ་རྟོག་དང་བཅས་པ་
དང་། མགོ་གཡུ། གསེར་དངུལ་གྱི་རྒྱན་རིགས་སྡེ་ཆོགས་དང་། དེ་ལ་རིན་
ཆེན་རིགས་ཀྱི་སྒྲ་སྡེ་ཆོགས་སྟུག་པ་ཡོད་པ་རེད། རྩ་རྒྱན་ལ་གསེར་དངུལ་ལས་
བཟོས་པའི་རིགས་མི་འདྲ་སྡེ་ཆོགས་ཡོད་པ་དེ་དག་ལ་རྩ་ལྷང་ཟེར། སྡེ་རྒྱན་ལ་
གཟི་བྱར་རིགས་གཙོ་བོར་བྱས་པའི་རིན་ཆེན་སྡེ་ཆོགས་ཀྱི་སྡེ་ཞགས་ཀྱི་དབུས་སུ་
གསེར་དངུལ་འདྲེས་མར་བཟོས་པའི། གཏུ་དང་བཅས་པ་དེ་ལ་སྡེ་ཆོ་ཞེས་ཟེར།
ལག་རྒྱན་ལ་བ་སོ་ལས་བཟོས་པ་གཙོ་བོ་དང་། གཞན་ཡང་གཡག་ཁི་དང་།

ཁྱེད་ལ། ལྷ་འདྲ་བཅས་ཀྱིས་བཟོས་པའི་ལག་གཏུབ་སྒྲ་ཚོགས་དང་། གསེར་དངུལ་
ལས་བཟོས་པའི་མཛུབ་དགེས། འགྲུག་ཡ་སོགས་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། རྒྱེད་
རྒྱ་ལ་གསེར་དངུལ་གྱིས་བཟོས་པའི་སྒྲོ་བཟུང་དང་། སྒྲོ་གྱི། འཁྱོལ་ལོ་རིགས་
སྒྲ་ཚོགས། དངུལ་ཐག །པར་ཁྱུག །ཁྱི་ཆ། རྒྱེད་རགས་ཆ་མ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་
པ་རེད། དེ་ལས་ཁྱེ་ཆ་ནི་སོ་ཆས་ཡིན་སྟབས་བྱུང་མེད་ཀྱིས་འདོགས་སྒྲིལ་མེད།
སྒྲིལ་པའི་ན་རྒྱ་ལ་མ་ལྟ་བུར། གཞན་ཡང་སོ་རྒྱ་མས་ཀྱིས་མགོ་སྒྲ་ལྟས་རྗེས་སྒྲ་
ཚར་དམར་དང་། རྒྱ་པོ་ཡང་འདོགས་སྒྲིལ་ཡོད་པ་དང་། བྱུང་མེད་རྒྱ་མས་ཀྱི་
སྒྲ་ལྟས་ཚུལ་ཡུལ་སོ་སོའི་སྒྲིལ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པ་རེད། རྒྱ་འདོགས་ཚུལ་དང་།
རྒྱ་ཆ་བཟོ་ཚུལ་ལའང་། ཡུལ་སོ་སོའི་འདྲ་བརྒྱ་ཐག་ལྟག་ཡོད་པ་དེ་དག་ཞིབ་
པར་ཡུལ་སོ་སོའི་སྒྲིལ་པ་ལས་ཤེས་པར་གྱིས་ཤིག།

གཉིས། བོད་མིའི་གོས་ཆས་བཤད་པ།

བོད་མིའི་རྒྱ་གོས་རིགས་ལ། དགུན་གོས་ཆེའི་རིགས་སྤྲགས་སྤྲག །ཆོ་སྤྲག
ར་སྤྲག །གོ་སྤྲག རྒྱར་མ་བཅས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལས་ཆོ་སྤྲག་ནི་ལུ་གུའི་པགས་
པས་བཟོས་པ་ཡིན་སྟབས་ངེས་པར་དུ་རས་རིགས་དང་། གོས་ཆེན་རིགས། ཡང་
ན་མགོ་སྒྲ་མ་སོགས་ཀྱི་ཕྱི་གཡོག་བཀོན་དགོས། སྤྲག་གོས་རྒྱང་པ་དང་། རས་
ཀྱི་མཐའ་ཤན་ཅན་རིགས་གཉིས་ཡོད་པ་རེད། རོང་ཁུལ་སོགས་ས་ཆ་ཅུང་དྲོད་
ཆེ་བའི་ཡུལ་དུ་དགུན་གོས་ལ་སྒྲ་མ་གོས་ལ་རས་གཡོག་བཀོན་པ་དང་། ཡང་ན་
སྤྲ་གཟན་འཐག་མ་ལ་རས་སོགས་ཀྱིས་ཕྱི་གཡོག་བཀོན་པ་ལ་རྒྱར་མ་བེད། རུས་
ཚོགས་མང་ཆེ་བ་ལ། རྒྱ་ཆས་སྒྲ་བྱ་རིགས་སྒྲ་ཚོགས་ཀྱིས་བཟོས་པའི་ཡུལ་སོ་
སོའི་གོས་རིགས་ཏུ་ཅང་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཡོད་ཅིང་། དེ་ལས་ལྷག་བལ་གྱིས་
འཐག་པའི་སྒྲ་མ་བྱ་དཀར་པོའི་གོས་ལ། གོས་རྒྱ་བེད་བ་རྒྱུས་པ་ཁོ་ནས་རྒྱ་པ་
དང་། རྒྱུག་གི་འཁྱུས་འཐག་པའི་སྒྲ་མ་བྱ་ནག་པོའི་གོས་ལ་གོས་ནག་བེད་བ་
བྱུང་མེད་ཁོ་ནས་རྒྱ་པ། སོ་སོ་བྱན་མོང་གི་རྒྱ་ཆས་ལ་སྒྲ་མ་གོས་ཚོས་མ་དང་།
འཕྲུག་གོས། འགོ་སྒྲ་མ་གོས་སོགས་དང་། རས་རྒྱང་གོས་ལ་ཁ་རྒྱང་ཡང་བེད།
གོས་བཟོ་སྤངས་ལ། ཡུལ་སོ་སོའི་ལྷགས་དང་བརྒྱན་པའི་དབྱིབས་མི་འདྲ་བ་སྒྲ་

ཆོག་པ་ཡོད་པ་རེད། གོས་རྒྱུ་བའི་རིགས་ལ་སྟོང་བྱུང་དང་། བྱང་འཇམ་
 རྩལ་ལེན། རྟོར་མང་། ལོང་རག་བཅས་དང་། བྱུང་མེད་གི་སྟོང་གོས་ལ་སྟོང་
 ཤམ་ཡང་ཟེར། ལྷ་དང་ལྷ་མ་ལ་རིགས་ཏེ་ཅང་མང་། སྤྱི་ལྷ་ལ་ཆོ་རིང་ལྷ་མོ།
 ལྷ་ལྷ། ཆོ་ལྷ། སྤྱི་ལྷ། སྤྱི་ལྷ་ལ་སོགས་པ་ཡུལ་ཡུང་རེ་ལ་ལྷ་རིགས་རེ་ལྷ་བྱ་སྟེ་
 བོད་ཡོངས་ལ་ལྷ་རིགས་བརྒྱ་ལ་ཉེ་བ་ཞིག་ཡོད་རེས། ལྷ་མ་རིགས་ལ་གོ་ལྷ་མ་
 དང་། འབར་ལྷ། འཕྱག་ལྷ་མ། རྟོག་བཅེགས། ཟམ་པ་ལ་སོགས་ཡུལ་སོ་སོའི་
 ལྷ་མ་རིགས་བརྒྱ་ལྷག་ཁ་ཤས་ཡོད་པ་རེད། །

སྤྱི་གོས་ལ་ནང་པའི་འདུལ་བ་ལྟར་ན་གོས་སྟེ་གསུམ་དང་། བོན་ལྷགས་ལྟར་
 ན་གོས་སྟེ་རྩག་བསྟན་ཡོད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་བོད་འདིར་སྤྱི་མའི་གོས་རིགས་དེ་
 ལས་མང་བ་ཡོད་པ་མ་ཟད། ནང་པའི་གྲུབ་མཐའ་ཁག་སོ་སོའི་སྤྱི་མ་རྣམས་གི་གོ་
 གནས་མཆོཅ་བྱེད་ལྷ་བྱའི་ལྷ་དམར། ལྷ་ནག ། ལྷ་སེར་ལ་སོགས་ཏེ་ཅང་མང་།
 དཔོན་གོས་ལ། སྟོན་ཆོས་རྒྱལ་སྤྱི་བཅོན་སྐམ་པོའི་སྐབས་སུ་རྒྱལ་པོའི་དབུ་ལྷ་
 དར་གི་ལ་ཐོད་དང་། སྟོན་ཆེན་རྣམས་གི་མགོ་འདུ་རབས་ཁྲ་པོའི་མགོ་དཀྱིས་
 སྟོན་ཞིང་ཡོད་པ་ལྷགས་དེ་ད་ལྟར་ཡང་ཁམས་སྟེ་དགའི་ཡུལ་དུ་དུས་ཆེན་སྐབས་
 སུ་མི་གཟབ་སྟོའི་ཆས་སུ་སྟོན་སྟོལ་བསྟན་ཡོད་པ་རེད། དམག་དཔོན་དང་སྟོན་
 ཆེན་རྣམས་གིས་སོ་སོའི་གོ་གནས་དང་། དཔའ་རྟགས་མཆོཅ་བྱེད་དུ་སྟག་ལྷགས་
 དང་། གཟིག་ལྷགས་གི་གོས་དང་གོང་བའི་རྒྱན་ཆ་འདྲིགས་སྟོལ་ཡོད་འདུག །
 ས་སྐྱའི་དཔོན་རིགས་རྣམས་གིས། ཉོར་ཆས་རྒྱུང་ཟད་ཅམ་གསོལ་ཡོད་པ་དང་།
 ཕག་གྲུ་སྟེ་སྤྱི་རྣམས་གི་སྐབས་སུ་གནའ་པོའི་དུས་གི་བོད་བཅོན་པོའི་སྐབས་གི་
 དཔོན་རྣམས་བསྐྱར་གསོ་དགོས་པ་ཁྲིམས་ཡིག་ནང་བཞུགས་འདུག །དུས་ཕྱིས་བོད་
 གཞུང་དགའ་ལྷན་སོ་བྱང་གི་སྐབས་སུ་དཔོན་རིགས་རྣམས་གིས་སོག་ཆས་དང་།
 མན་རྩའི་ཆས་རིགས་ལ་ལད་མོ་དང་། དམག་གོས་ནི་དབྱིན་ཇིའི་དམག་ཆས་ལ་
 དཔེ་བྱས་སྟུང་།

ས་བཅད་ལ། བོད་མིའི་རྒྱལ་ཆེན་སྒྲོར་བཤད་པ།

གཅིག །བོད་ཀྱི་ལོ་གསར།

བོད་མི་རིགས་ཐུན་མོང་གི་རྒྱལ་ཆེན་ཆེ་ཤོས་གཅིག་ནི་ལོ་གསར་རྒྱལ་ཆེན་ཡིན།
འདི་ནི་ལོ་གཅིག་ལ་རྒྱལ་ཆོགས་བཞི་ཡོད་པའི་ནང་ནས། རྒྱལ་ཆོགས་ཀྱི་ཐོག་མ་
དབྱིང་ར་བ་འཆར་བའི་ལོ་གསར་པ་ཆོས་པའི་དགའ་སྟོན་ཞིག་རེད། དེ་ནི་བོད་
རྒྱ་དང་པོའི་ཆོས་གཅིག་ནས་བཙུལ་བར་ཡོན་ལ། ལྷག་པར་རྒྱ་ཆོས་གཅིག་
ནས་ཆོས་ལཱི་བར་ཞོགས་པ་ཉི་མ་ཤར་བ་དང་ལྷ་བསངས་བཏང་ནས་ལོ་གསར་
པ་ལ་དགའ་བསྟུང་དང་། བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ལེགས་ལམ་རྒྱ་འགོ་བའི་ཁ་འཛིན་དང་
སྟོང་གོགས་ཡོང་བའི་ཆེད་རྒྱ་ལུ་ལྷ་གསོལ་མཆོད་དང་ཕྱིན་བཙུལ་གྱི་ཆོག་འདི་
བྱེད་སྒྲིལ་ཡོད་པ་རེད། ལོ་གསར་སྟོན་གྱི་ཆོས་ཉེར་དགུ་ཉིན་གྱིས་ནང་རྒྱ་གཙང་
སྤྱི་བྱེད་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་མི་ཆང་སོ་སོའི་ཐབ་ཆང་ནང་གི་རྒྱ་རྒྱུ་ཐམས་
ཅད་ཐུག་བདར་གཙང་མར་བྱེད་ཅིང་རྒྱ་རྒྱུ་དེ་དག་ཁང་མགོ་མི་མཐོང་ས་ཤིག་
ལ་འཁོར་ཞིང་ཡོད་པ་དེ་ནི་ལོ་གཅིག་གི་ནད་གདོན་ཐམས་ཅད་དེ་དང་ལྷན་རྒྱ་
ཕྱིར་འཁོར་བའི་སྟོན་དང་བསམ་ཚུལ་ཞིག་རེད། ཆོས་སུ་མ་རྩུ་ཉིན་གྱིས་ནང་རྒྱ་
ངེས་པར་རྒྱ་གོ་ཕྱིས་དཀར་ཐག་འཐེན་དགོས། རྒྱལ་སྟོན་བྱས་ན་གཡུང་རྒྱུང་དང་།
གཡུང་རྒྱུང་དགའ་འབྲིལ། བཟླ་ཤེས་རྟགས་བརྒྱད་སོགས་ཀྱི་རི་མོ་འབྲི་སྒྲིལ་ཡོད་
འདུག །གལ་སྲིད་གྱིས་རྒྱ་དཀར་ཐག་མེད་ཆེ་ལོ་གསར་པའི་ཆོས་གཅིག་ཉིན་ལྷ་
རྒྱལ་དགའ་པོ་དང་། འཛོགས་པོ་རྣམས་གྱིས་ཆང་སོ་སོའི་ནང་རྒྱ་ཕེབས་ཤིང་ཡོད་
པར་དཀར་ཐག་མེད་པའི་གྱིས་རྒྱ་མི་ཕེབས་པས་ལོ་གཅིག་གི་ཕྱ་གཡང་འཕེལ་མི་
ཐུབ་ཟེར། ཆོས་གཅིག་ནས་ལཱི་བར་ཞོགས་པ་སྤྲ་མོ་ཡར་ལངས་ནས་སྐར་ཆུ་
ལེན་ས་འགོ་དགོས་ཤིང་། སྐར་ཆུ་དེ་མི་ཆང་གཞན་དག་གིས་མ་སྤངས་པའི་གོང་
ལ་སུས་སྟོན་ལ་ལེན་རྒྱ་རག་ན་དེ་ཉིན་འབྲེལ་ལེགས་པོ་ཞིག་རྒྱ་བཙུ་ཞིང་ཡོད་པ་
རེད། སྐར་ཆུ་དེ་སྟོན་ནས་ཡན་ལག་ལྷ་ཁྲུས་བྱེད་གྱི་ཡོད་པ་དེ་ནི་ནད་གདོན་
བཟླ་བའི་རྣམས་ཤིག་རྒྱ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཅིང་ཡོད། ཆོས་གཅིག་གི་ཞོགས་པ་ཁྲུས་

བྱེད་ཆར་བ་དང་གོ་སོ་བྱེ་མ་བྱིར་ནས་མི་ཆང་རྣམས་ནང་ཕན་ཚུན་དུ་བཀྲ་ཤིས་
 བདེ་ལེགས་ཀྱི་འཆམས་འདྲི་བྱེད་སར་འགོ་དགོས་པ་ཡིན། ཆོས་གཉིས་ནས་བཟུང་
 བདུན་གཉིས་ཅམ་གྱི་རིང་ལ་གཉིན་ཉི་དང་། མཛེལ་གྲོགས་རྣམ་པར་ཚུན་མགོན་
 འཕོད་བྱེད་ནས་གསོལ་སྟོན་དང་བ་དང་། ཤོ་བག་རྒྱུ་པ། ཞབས་བྱོ་འབྲུ་པ།
 གྲུ་ཤགས་འབྱེད་པ། གནས་རི་བསྐྱར་བ་སོགས་ཅིད་མོ་སྣ་ཆོགས་བྱེད་གྱི་ཡོད།
 གཞན་ཡང་ཡུལ་སྡེའི་ནང་གི་གྲོགས་པ་བཟང་ཤོས་དང་། ཉེ་བ་རྣམས་ལ་ལོ་སར་
 རྒྱུལ་ཞེས་པ་ཤ་མཐུད་དང་། བག་ལེབ་འཕེལ་བསྐྱུག་གི་བཅུས། ཆང་སོགས་
 ཕན་ཚུན་རྒྱུལ་སྟོལ་ཡོད་འདུག །

གཉིས། བོད་ཡུལ་ཐུན་མོང་གི་དུས་ཆེན་གཞན་ཞིག

བོད་ཡུལ་ཐུན་མོང་གི་དུས་ཆེན་གཞན་ཞིག་ནི། དབྱར་མཐོངས་རེད། དབྱར་
 མཐོངས་ཞེས་བ་དེ། དབྱར་ཉི་ལོག་པའི་རྗེས་ཀྱི་བདུན་ཕྲག་གསུམ་པའམ་བཞི་པ་
 ཅམ་ཞིག་ན་མེ་རྟོག་རྒྱས་པའི་སྐར་དེར། སྡེ་པ་སོ་སོ་རང་རང་གི་དབྱར་མཐོངས་
 བྱེད་ས་གཏན་འཁེལ་གྱི་ས་གནས་ཡོད་པའི་གནས་དེར་འཛོམས་ནས། ཉིན་བཞི་
 རྣམ་ལཱའི་བར་སྔོ་སྔོ་གཏོང་གི་ཡོད་པ་རེད། སྐབས་དེར་མི་ཆང་སོ་སོས་པ་ཁྲའི་
 རི་མོས་བརྒྱན་པའི་རས་གྲར་དཀར་པོ་ཕུབ་ཅིང་ནང་དུ་དུམ་ཅེ་སྣ་ཆོགས་བཏིང་
 བ་དང་། དཀར་གསུམ་མངར་གསུམ་དང་། ཤ་ཆང་ལ་སོགས་པའི་ཟས་རིགས་
 མི་འདྲ་བ་རྣམས་བཤམས་ཅིང་། མི་རྣམས་སོ་སོ་ལ་གང་ཡོད་པའི་རྒྱ་ཆ་གཟུང་
 མཆོར་རྣམས་སྤྲས་ནས་རྒྱིག་རྒྱིག་བྱེད་གྱི་ཡོད། ཐོག་མར་འཛོམས་པའི་ཉིན་དེར་
 གཞི་བདག་གསོལ་ནས་བསངས་དག་སྤྲེལ་མཆོད་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་སོ་ཐམས་
 ཅད་རྟ་ལ་བཞོན་ནས་ལག་ལ་མདའ་དར་དང་། བྱེ་མ་བྱིར་ནས་ཀི་བསྟོ་དང་ཆ་
 རྒྱའི་སྟོ་ནས་བསངས་བསྐྱར་བྱེད་དགོས་པ་རེད། སྐབས་དེར་རྟ་ཅིད་འདྲ་མིན་
 སྣ་ཆོགས་ཅིད་བ་སྟེ། མཁྱེགས་དར་ཆད་ཅེས་པ་རྟ་སོ་ཨང་རིམ་བསྒྲིགས་ནས་སུ་
 མཁྱེགས་ཆད་ཅིང་མཁྱེགས་ཤོས་དེ་ལ། དཔའ་དར་ཞེས་པའི་བྱ་དགའ་སྟོང་གྱི་
 ཡོད། རྟ་རྒྱག་པོག་འཕེན་ཞེས་པ་རྟ་རྒྱག་ཅིང་དེའི་ལྗོངས་ནས་མེ་མདའ་བསྐྱར་ནས་
 འཕེན་ལ་གཏད་དེ་འཕེན་ཞིང་། འཕེན་ལ་སོག་ན་དཔའ་དར་ཡོད་པ་རེད།

རྒྱལ་དར་ལེན་ཞེས་པ་ནི་རྒྱལ་བཞིན་པའི་སྐབས་སུ་རྩ་ཐོག་ནས་མར་སྐྱར་ཏེ་ཐང་
ནས་དར་དཀར་ལེན་དགོས་པ་རེད། གཞན་ཡང་ཞབས་བྲོ་འབྲུག་པ་དང་། ཤེད་
བསྐྱར་བ། མི་རྒྱལ་འགུན་པ། ཤེད་རྩོད་སྤང་བ་སོགས་པ་ཆུན་གཞིན་ཐམས་
ཅད་ལ་བརྟུ་རྒྱ་ཡོད་པའི་ཆེད་རིགས་ནམས་འབྲུག་སྤྱོད་ཡོད་པ་རེད། འབྲོག་པའི་
སྤྱིར་དགེ་བེར་བ་ཞིག་ཡོད་པ། དེ་སྐབས་འགར་དུས་ཆེད་འདི་དང་མཉམ་དུ་བྱེད་
ཅིང་ཡོད་པ་རེད། སྤྱིར་དགེ་ནི་འབྲོག་པ་སྤྱི་ཤོག་གཅིག་གིས་བྲམ་ཁ་ཁ་ཤས་ཤིག་
གདན་དྲངས་ཏེ། བྲམ་མས་ཡུལ་མི་སྤྱི་ཡི་སྤྱི་རིམ་དུ་ཐོག་མར་བསངས་དག་བྲམ་
མཆོད་པ་དང་། དེ་ནས་གཏོ་མདོས་དང་། དབང་ཆོག་སོགས་གནང་གི་ཡོད་པ་
དང་། ཡུལ་མི་ནམས་ཀྱི་མ་ཁི་དང་། སི་རྟི། སྤྱོད་མ། སྤོན་ལམ་སོགས་རང་
རང་གི་གང་ཤེས་པའི་ཁ་འདོན་དགེ་སྤྱིར་བྱེད་ནས། མཉམ་དུ་འཆོགས་སྤྱོད་ཡོད་
པ་རེད། ཡིན་ན་ཡང་འབྲོག་པ་ནམས་ཀྱིས་བརྒྱ་གཙོ་པོ་ཤ་ཡིན་པ་ལྟར། བྲམ་མའི་
གསོལ་ཆས་ཀྱི་ཆེད་དུ་གཡག་དུག་བདུན་རེ་བཤའ་བ་མ་བཤད། མ་མཐའ་ཡང་མི་
ཆང་རེ་རེས་གཡག་གམ་ལུག་རེ་བཤའ་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། རའི་བྲམ་མ་ཐང་བྲམ་ཆེ་
དབང་གིས་འབྲོག་པའི་སྤྱི་དགེ་ནི་སྤྱི་དགེ་མ་རེད་སྤྱི་སྤྱི་རེད། སྤྱི་དགེ་ཐེངས་རེ་
ལ་མང་ན་གཡག་ལུག་བརྒྱ་ཅམ་དང་། ཁུང་མཐའ་ཡང་སྤྱི་གཞགས་ཆེ་ཆུང་
རིགས་བརྒྱ་ལྷག་ཁ་ཤས་བསང་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། དེས་ན་སྤྱི་དགེའི་ཆེད་དུ་ཐེབས་
པའི་བྲམ་མ་ནམས་པས། སྤྱི་པ་ཆོབས་ཆེན་ཞིག་བསགས་ཤིང་འདུག་བསམ་གྱིན་
འདུག །ཅིས་གསུངས་བྱུང་།

གསུམ། ཡུལ་སོ་སོའི་དུས་ཆེན།

གཞན་ཡང་ཡུལ་སོ་སོའི་དུས་ཆེན་དང་དགོན་པ་སོ་སོའི་དུས་མཆོད་སོགས་
བོད་ཡུལ་འདིར་རྫོགས་ཡས་མེད་པའི། དུས་ཆེན་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དཔེར་ན།
རྩ་སའི་ཞོ་སྟོན་དུས་ཆེན་སྟེ་བོད་ལྗེ་དུག་པའི་ཆོས་སུམ་རུའི་ཉིན་འབྲས་སྤྱངས་ཞོ་
སྟོན་འགོ་ཚུགས་པ་དང་། དེ་ནས་བདུན་པའི་ཆོས་གཅིག་ནས་བཟུང་ཉིན་རེ་རྩ་
མོ་རེ་འབྲུག་ནས་ཉིན་ཤས་རིང་སྟེ་དཔོན་ཐམས་ཅད་ཐུགས་སྦྱོར་གཏོང་གི་ཡོད་པ་
རེད། དར་ཆེ་མདོའི་བཞི་པའི་ཆོས་བརྒྱད་ཀྱི་དུས་ཆེན་ནི། ཀམ་སྤྱི་ཐེངས་ལྷ་པ་དེ་

བཞིན་གཤེགས་པའི་སྐབས་སུ་གྱུ་ལོ་1387-1415བར། ཡུལ་འདིར་ཀམ་བཀའ་
 བརྒྱད་གྱི་བསྟན་པ་ཉ་ཅང་རྒྱས། མདོ་དགོན་ཁག་བརྟན་ཞེས་པའི་བཀའ་བརྒྱད་
 པའི་དགོན་ཁག་བརྟན་བྱང་ཡོད། མཚུར་ཕུའི་ཆེས་ལུགས་ལ་ས་ག་ཟླ་བ་སྟེ་བོད་
 ཟླ་བཞི་པའི་ཆེས་བརྒྱད་ལ་སངས་རྒྱུ་ལའབྱངས་པར་བཞེད། ཉིན་དེ་ལ་སྐུ་
 སེར་ཐམས་ཅད་འདུས་ནས་དགེ་སྦྱོར་བྱེད་པའི་སྟོལ་ཡོད་པ་དེ། རིམ་བཞིན་དུ་
 ཡུལ་གྱི་རུས་ཆེན་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས། སུ་བོད་ས་ཁུལ་གྱི་བཀའ་བརྒྱད་པ་དང་ཆོ་
 བདེ་པའི་དགོན་པ་མང་པོ་ཞིག །དགེ་ལུགས་པའི་དགོན་པར་བསྐྱར་བའི་སྐབས་
 ལ། དར་མདོའི་བཀའ་བརྒྱད་པའི་དགོན་པ་རྣམས་དགེ་ལུགས་པར་བསྐྱར་བས་
 བཀའ་བསྟན་ཉམས་ན་ཡང་། སངས་རྒྱུ་ལའབྱངས་སྐར་གྱི་རུས་ཆེན་གྱི་མི་
 དམངས་ཀྱི་རུས་ཆེན་ཞིག་དུ་གྱུར་ཏེ་ད་བར་ཕུ་མཐུད་ནས་རུས་ཆེན་གཏོང་སྟོལ་
 ཡོད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་དེར་རུས་ཀྱི་མདོ་པ་རྣམས་རྒྱ་ལྟུར་གྱི་བོད་པ་ཆགས་
 ཟིན་སྟབས། བོད་ལུགས་ཀྱི་བཞི་པའི་ཆེས་བརྒྱད་ནམ་ཡིན་མ་ཤེས་པར། རྒྱ་ནག་
 ཞིང་ཆེས་ལུགས་ཀྱི་བཞི་པའི་ཆེས་བརྒྱད་ལ་རུས་ཆེན་གཏོང་བཞིན་འདུག །

ས་བཅད་རྒྱག་ལ། ཐོད་མེད་ཆེད་མེད་རིགས་བཤད་ལ།

བོད་ཀྱི་དམངས་ཁྲོད་རུ་ཆེས་གནའ་པོའི་རུས་ནས་དར་བའི་རིག་པའི་ཆལ་སྦྱོར་
 པའི་ཆེད་རིགས་མང་པོ་ཞིག །ད་ལྟའི་བར་དུ་མ་ཉམས་པར་གནས་ཡོད་པ་རེད།
 དཔེར་ན། ཆོ་ལོ་དང་། མིག་མངས། དག་འགྲིག་རྒྱལ་པོ་གཡག་ར། རྒྱལ་པོ་ད་ཅ།
 ཤོ། བག་ལ་སོགས་པའི་ཆེད་རིགས་རྒྱིང་པ་འདི་དག་བྱང་ཡོད་ཅིང་།

【ཆོ་ལོ་ནི】 བྱང་བུ་ལྷ་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱལ་པམ་ཆོད་པའི་ཆེད་རིགས་ཤིག་སྟེ།
 ཆེད་ཐབས་ཁང་བོད་ལོ་རྒྱུས་ཏི་སའི་འོད་ལས་གསལ་བ་ལྟར་རོ། བོད་མིས་ངག་
 རྒྱན་དུ། འདི་ནི་བདུད་རེ་ཏེ་མགོ་གཡག་གིས་བཟོས་པར་གྲགས་པས་དེ་ལྟར་ན་
 གཉའ་བྲི་བཅན་པོའི་གོང་གི་ལོ་ངོ་སྦྱང་ཕྱག་མང་པོའི་རུས་ནས་བྱང་ཡོད་པ་ཞིག་
 ཡིན་དགོས།

【མིག་མངས་ནི】 རྫོ་ལེབ་བམ་ཤིང་ལེབ་གང་རྩང་ཞིག་གི་ཚྭ་དུ་རེུ་མིག་
 གུ་བཞི་མིག་མང་གི་རིས་སུ་བཅད། དེ་ལ་རེ་མིག་དང་གངས་བསྟན་ནས་རེུ་

དཀར་ནག་ནམས་སྒྲིགས་གཉིས་སུ་བཀོད་ཅིང་རིག་ཚུལ་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱལ་པམ་
 རྩོད་པའི་ཆེད་རིགས་ཤིག་ཡིན། འདི་ཡང་ཆེས་གནའ་བོའི་རུས་ཀྱི་ཆེད་རིགས་
 ཤིག་ཡིན་སྟེ། རུང་ཉོང་ཡིག་ཆའི་ནང་རུ་རྒྱལ་པོ་སྤྱང་བཅན་སྐམ་པོའི་སྒོན་པོ་
 རུང་པོ་སྤྱངས་སང་བྱ་ཅའི་སྒོ་མཛངས་པའི་ཆོད་བཤད་པའི་སྐབས་སུ། དམག་
 གི་རུས་གཞི་བཀོད་བཞིན་མིག་མང་ཆེད་ཞིང་ཡོད་པར་གསལ་བ་ལ་བརྟགས་ན་
 སྐབས་དེར་མིག་མང་དེ། བོད་ཀྱི་དཔོན་རིགས་ནང་རུ་དར་སྒྲོལ་ཆེ་བའི་ཆེད་
 རིགས་ཤིག་ཆགས་ཡོད་པར་མཐོང་ཐུབ།

【དགུ་འགྲིག་ནི】 རེའུ་མིག་གྲུ་བཞི་ཕྱི་ནང་གསུམ་ཅན་ཞིག་འབྱ། དེ་ལ་ཀ་
 བ་བརྒྱད་བཅད་པས་རེའུ་མིག་ཉེར་བཞིར་འགྱུར། དེ་ལ་མི་གཉིས་ཀྱི་དེ་དཀར་
 པོ་བརྩ་གཉིས་དང་། ཉག་པོ་བརྩ་གཉིས་རེ་བཟུང་ནས་རྒྱལ་པམ་རྩོད་པའི་ཆེད་
 རིགས་ཤིག་ཡིན། རྒྱལ་པོ་གཡག་ར་དང་། རྒྱལ་པོ་ད་རུ་མ་གཉིས་ནི་རྒྱལ་པོ་
 གཅིག་དང་འབངས་གསུམ་འབབ་པའི་རྒྱལ་ཀྱི་ཆེད་རིགས་ཤིག་རེད།

【ཤོ】 མ་སངས་སྤྱན་དཀྱའི་རུས་སུ་བྱང་བར་གྲགས་ལ་ཆེས་སྤུ་བའི་ཆེད་
 རིགས་ཤིག་ཡིན། མི་ཏུ་ལའི་རྒྱལ་ས་རོམ་ལ་ཡོད་པའི་ཡེ་ཤུལ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་
 ལ་མི་ཁན་ vaican ཀྱི་འགྲེམས་སྟོན་ཁང་གི་ནང་རུ་སྒྱུ་ལོའི་སྒོན་གྱི་ལོ་དགུ་བརྒྱའི་
 ནང་སྐས་པའི་མི་རོ་ཞིག་འདུག་པ། དེ་དང་ལྷན་རུ་ཤོ་བཀར་པོ་ཆ་གཅིག་པལ་
 ཆེར་རུང་གིས་བཅོས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་འདུག་པ་དེ་ལ་བལྟས་ན་ཡང་། ཤོ་ནི་ཆེད་
 ཆས་ཆེས་རྩིང་བ་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་ཐུབ། ཤོ་ཆེ་བའི་སྐབས་སུ་ཤོ་དེལ་ཞེས་པ་དེ་
 ལྷ་བྱ་བ་ཅུ་དང་། ཤོ་ཐུབ་ཞེས་པ་མེ་རང་དཀར་ནག་ཁྲ་གསུམ་མཚོན་བྱེད་རུ་
 ཤོ་ཐུར་དཀར་པོ་དགུ། ཉག་པོ་འཕ་དམར་པོ་དགུ། ཁྲ་བོ་དགུ་བཅས་དཔོས་ཀྱི་
 ཡོད་པ་རེད།

【བག་གི་སྒྲིར】 བག་ནི་ཤོ་ལ་བརྟེན་ནས་གསར་སྤྱན་བྱས་པའི་ཆེད་རིགས་
 ཡིན་སྐབས་བོད་ཀྱི་ཆེད་མོའི་རིགས་རྩིང་བ་ཞིག་རེད། འོན་ཀྱང་དེར་རུས་བོད་
 ཀྱི་ཤེས་རིག་གི་ལོ་རྒྱུས་ལ། ཆ་རྒྱས་མེད་པའི་བོད་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་ཁུལ་བའི་
 མཁས་སྒྲོམ་པ་ཁག་ཅིག་གིས། བོད་བག་ནང་རུ་རྒྱ་སྤྱད་བྱེད་ཆག་པ་འདྲ་བའི་

མིང་ཁ་ཤས་ཡོད་པ་རྒྱ་མཚན་དུ་བསྐྱབས་ནས་བོད་བཀ་གི་འབྱུང་ཁུངས་རྒྱ་ནས་
 བས་ཡིན་པར་བཤད་པ་ལ། རང་རིགས་ཁ་ཅིག་ཀྱང་བཤད་ཡམས་དེའི་རྩིས་སུ་
 འབྲངས་པ་མཐོང་བ་ནི། མཁས་པ་རང་གིས་དབྱུང་གིས་ཀྱང་། ཁྱུན་པོ་གྲགས་
 པའི་རྩིས་སུ་འབྲངས། ཁྱི་རྒན་གྱ་ཙོ་འདོན་པ་ལ། རྒྱ་མཚན་མེད་པར་གཞན་
 དག་རྒྱགས། བེས་པའི་དཔེ་ལས་མ་འདས། འགྲོ་བ་མའི་རིགས་ཀྱི་སྐད་རིགས་
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་དུ། ཐ་སྙད་འདྲ་བ་ཁ་ཤས་ཡོད་སྲིད་པ་ནི་སྟེས་དབང་ཡིན་པ་
 ལས་དེ་ལས་དེ་བྱུང་གི་འབྲེལ་བ་བསྐྱབ་ག་ལ་རུས། དཔེར་ན་ཉི་ཤོད་གི་སྐད་
 ནང་དུ་བོད་སྐད་དང་མཚུངས་པ་མང་པོ་ཡོད་པ་འདི་དག་དང་། ལྟོ་ལ་སྤྱི་རི་
 ཁའི་མི་ནག་གི་ལྟང་པ་ཞིག་ན་སྐད་ཡིག་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་ཞིག་གིས་ལོ་
 ཉི་ཤུའི་འཛམ་གླིང་མི་རིགས་མང་པོ་ཞིག་གི་སྐད་ཡིག་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་མཐར།
 ཁོ་ཚོའི་སྐད་ནང་དུ། བོད་སྐད་དང་འདྲ་བའི་ཐ་སྙད་བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུ་ཙམ་རྙེད་
 འདུག སྤྱིར་འགྲོ་བ་མའི་རིགས་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་དེ་དག་ལ་འབྲེལ་བ་གང་
 འཚམས་རེ་ཡོད་སྲིད་ཀྱང་། ཐ་སྙད་ཉུང་ཤོས་ཙམ་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་ལས་དེ་བྱུང་
 གི་འབྲེལ་བ་བསྐྱབ་པ་ནི་ཉ་ཅང་ཐལ་ཆེ་བའི་ཉམ་བཤད་མ་ཡིན་ནམ། ཞང་བོད་
 བརྟེན་རྙེད་གི་ཐ་སྙད་འདི་དག་ནི་བོད་མི་རྒན་པོ་རྣམས་ཀྱི་ངོར་རང་རང་གི་ནང་
 འོན་ལྟར་པའི་བོད་སྐད་གཙང་མ་ཡིན་སྟབས། རྒྱ་སྐད་ཟུར་ཆག་པའི་ཐ་སྙད་
 ཡིན་པའི་སྟེ་བ་ཙམ་ཡང་སྟེ་མི་སྲིད། འོན་ཀྱང་བོད་སྐད་ཡག་པོ་མི་ཤེས་པའི་མི་
 རིགས་གཞན་ཞིག་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་སྟེ་བ་བསྟེ་བ་ལ་ཡ་མཚན་རྒྱ་ཅི་ཡོད། དེས་ན་སྟེ་
 རབས་གཞོན་རུ་རྣམས། རང་གི་རིག་གཞུང་ངོས་འཛིན་མི་ནོར་བའི་ཆེད་དུ་བཀ་
 གི་གནས་ལུགས་ཞིབ་ཙམ་ཞིག་འདིར་བཤད་དགོས་པར་སྤང་། བཀ་ནི་ཤོ་ལ་
 བརྟེན་ནས་གསར་གཏོད་བྱས་པའི་ཆེད་ཆས་རྙེད་ཤོས་ཤིག་རེད། ཤོ་ནི་མ་སངས་
 ཀྱིས་བྱས་པ་བོད་འདིར་ཡོངས་གྲགས་ཡིན་ཞིང་། བོད་འདིར་མ་སངས་རུས་
 དགུས་དབང་བསྐྱར་བྱེད་པའི་རུས་ནི། ཉ་ལམ་སྤྱི་ལོའི་སྟོན་གྱི་རུས་རབས་སུ་
 རུའི་སྟོར་ཞིག་ཡིན་པར་འདྲ། འདི་ཐོག་མར་ཅ་ལག་བཤོ་ཆ་བྱེད་ཡས་ཀྱི་ལག་ཆ་
 ཞིག་ཡིན་པར་གྲགས་ལ། དེང་རུས་ཀྱང་འབྲོག་རྒན་རྣམས་ཀྱི་ཁ་ལ། དངོས་པོ་

བཟང་ངན་གང་ཐོབ་ཀྱང་། མོ་རྒྱན་གཉིས་ཀྱིས་བཀོད་པ་རེད། ཅེས་ཡོངས་
གྲགས་སུ་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་བོན་པོའི་མོ་ཆས་དང་། མོ་
བག་ཅེས་ཆེད་ཆས་ཞིག་རྩ་ཆགས་པ་རེད། མོ་མིག་གི་གྲངས་འདི་དག་ཀྱང་ཉ་
ཅང་ཆེས་གནའ་བོའི་བོད་སྐད་ཡིན་སྟབས། དེར་དུས་བོད་སྐད་ཀྱི་སྒྲ་གདངས་
དང་མི་འདྲ་བར། གཉིས་ལ་པ་ར། གསུམ་ལ་སྟག་པའི་ལ་རྩིག་ལྷ་ལ་ཁ།
རྟག་ལ་འབྲུག་པའུན་ལ་རི། བརྒྱད་ལ་ཤ། དགུ་ལ་རྒྱ། བརྩ་ལ་རྒྱ། བརྩ་གཅིག་
ལ་ཐོག་པའུན་གཉིས་ལ་འབྲུམས་བཅས་འབོད་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། སྒྱིར་བག་ལ་
རིགས་ཀྱི་སྒྲ་ཆོན་གཉིས་ཏེ་གནམ་སྒྲེ་དང་། ས་སྒྲེ་གཉིས་སུ་སྒྲེས་ཡོད་པ་དེ་དག་
བསྒྲམས་པས་64ཡོད། རྩེ་བྲག་སྒྲེ་ཆོན་སོ་སོ་ལ་འང་རིགས་དང་རིམ་པའི་དབྱེ་བ་
ཡོད་པ་རེད། གནམ་སྒྲེ་དང་ས་སྒྲེའི་དབྱེ་བྱེ་ཚུལ་འདི་ནི། ཁིད་དང་བག་ལ་
སོགས་པ་བོད་ཀྱི་ཆེད་མོ་རྟེན་མོས་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལྷགས་སྒྲིབ་ཞིག་རེད།

དང་པོ། གནམ་ཀྱི་སྒྲེ་ཆོན། གནམ་ཀྱི་སྒྲེ་ཆོན་ལ་རིམ་པ་རྟག་དང་རིགས་
བརྩ་གཅིག་བག་44བཅས་ཡོད།

1. རིམ་པ་དང་པོ། ཁ། མིང་གཞན། ཐན། མི་སྒྲིབ་ལ་འདི་བཞི་ཆ་ཐོ་ཆོ་
གཞན་གསུམ་པོ་ལ་ཐན་རྟོན་ཅིང་ཡོད་པས་སོ།

2. རིམ་པ་གཉིས་པ། ཏིག་པའདྲ་རྟེན་ཏེ་ཏིག་གི་དོན་ཡིན།

3. རིམ་པ་གསུམ་པ། དམར།

4. རིམ་པ་བཞི་པ། བྱ།

5. རིམ་པ་ལྷ་པ། བརྩ་དཀར། ཅོག་ཅོ། མཁྲུང་བྱ། བརྩ་རྟེན་ཏེ་དབྲུག་པའི་དོན།

6. རིམ་པ་རྟག་པ། ཀོབ་རྟག་ལྷ་སྐད་ཏེ་པོ་མཆོན་ཉམས་པའི་མིའི་མིང་། ཐག་
བརྩན། ཐེལ་རྒྱ། ཏུ་ཐུ།

གཉིས་པ། སའི་སྒྲེ་ཆོན། སའི་སྒྲེ་ཆོན་ལ་རིགས་རྟག་དང་རིམ་པ་རྟག་བག་
20ཡོད། དམིགས་བསལ་ཀྱི་སྒྲིར་སྒྲེ་གསུམ་ཡོད་པར།

1. རིམ་པ་དང་པོ། དགུ།

2. རིམ་པ་གཉིས་པ། བགས།

3. རིམ་པ་གསུམ་པ། ཚོལ།
4. རིམ་པ་བཞི་པ། སྒྲུང་མ།
5. རིམ་པ་ལྔ་པ། འུག་པ།
6. རིམ་པ་དྲུག་པ། སྒྲུང་བྱ།

མིང་གཞན་རྒྱུ་མྱིང་། དམིགས་བསལ་གྱི་སྒྱུར་སྟེ། མ་བྱ་བ་སྟེ་བས་པར།
 རིང་། མ་དང་ཚོལ་འབྲེག་བསྟེན་བས་པར། རྟ་ཆེན། བྱ་དང་འུག་བཤན་བསྟེན་བས་
 པར། རོ་རྟེ་བྱ། རྟ་ཆེན་དང་འོ་རྟེ་བྱ་བཞི་སྟེ། ལ། རྟ་བཤལ། ཞེས་བྲེ། མོང་གསལ་
 གྱི་བག་གི་རིམ་པ་དང་སྟེ་ཆོན་སོ་སོའི་མིང་དང་མིང་གི་ནང་དོན་བཅས་ཤེས་ན་
 འབྲུལ་རྟོག་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་ཡལ་བར་འགྱུར་རོ། །

ས་བཅད་བརྒན་པ། བོད་མིའི་རྩར་ཆོག་སྟོར་བཤད་པ།

དེར་རྩས་བོད་གྱི་ས་འོག་ནས་ཐོན་པའི་གནའ་རྩས་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་སྐབས་སུ།
 རིག་གནས་གྱི་ཁྱད་ཆོས་དང་རྩས་རབས་གཏན་འཁེལ་བྱེད་སྐབས། ལུབ་སྟོགས་
 གྱི་རིག་གནས་དང་། རྒྱ་ནག་གི་རིག་གནས་སོགས་ལ་དཔེ་བྱས་ཏེ་རྩས་དཔག་
 བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་ནི་རྟ་བཞག་ནས་ཀྱ་རྒྱ་བཅའ་བའི་དཔེ་ལས་མ་འདས། བོད་གྱི་
 ས་འོག་ནས་ཐོན་པའི། བོད་གྱི་རིག་གནས་ངོས་འཛིན་དགོས་ན་ངེས་པར་རྩ་
 གནའ་བོའི་བོད་གྱི་རིག་གནས་ལ་ཆ་རྒྱས་ཡོད་པ་ཞིག་དགོས་ངེས། དེས་ན་དེར་
 རྩས་བོད་གྱི་རྩར་ཆོག་འདི་དག་བལྟས་ན། ཆོ་ག་འདི་ལྷགས་སྟོལ་ནང་ལོ་ངོ་
 སྟོང་ཕྲག་མང་བོའི་སྟོན་གྱི་རིག་གནས་རྣམས་གསོན་ཉམས་ལྡན་པར་གནས་ཡོད་
 སྟེ་སྟེ། བོད་གྱི་གནའ་རྩས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་དགོས་ན་ངེས་པར་རྩ་གཏོ་མདོས་
 ཡས་སྒྲུད་གྱི་ཆོ་ག་རྣམས་བྱང་བར་ཤེས་པར་བྱ་དགོས། བོད་མི་རྣམས་འདས་རྩས་
 རྩར་འདེབས་ཚུལ་གཙོ་བོ་རྩིས་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་ལྟའི་སྟོན་ནས་རྩར་འདེབས་
 སྟོལ་ཡོད་པ་འདི་ནི་ལོ་ངོ་སྟོང་ཕྲག་མང་བོའི་གོང་ནས་དར་བ་ཞིག་ཡིན་ཡང་ད་
 བར་མ་ཉམས་པར་ལག་ལེན་བྱེད་སྟོལ་གནས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡང་འབྱུང་བ་
 བཞིའམ་ལྟ་ལས་གྲུབ་པའི། མིའི་ལྷན་རྟེན་འདི་ཉིད་མཐར་འབྱུང་བཞིའི་སྟོང་རྩ་
 ཐེམ་དགོས་ཞིང་ཡོད་སྟེ་སྟེ། མི་ཤི་བའི་ཕྱང་པོ་དེ་ཉིད་ས་རྩར་དང་། རྩ་རྩར།

མི་རུར། རྒྱུ་རུར་གང་རུང་ཞིག་འདེབས་ཞིང་ཡོད་པ་རེད། གཤིན་ཅིས་ལས།
རི་རྒྱུལ་ཤིང་ལ་བསྐྱེད་པ་མེ། །སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་བསྐྱེད་པ་ལྟགས། །སྤྱོད་པ་རྒྱུ་ལི་རུར་
ལྟ་ལ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། འབྲུང་བ་ཤིང་རྒྱུ་ལི་དཀར་ན་རི་རྒྱུལ་ཏེ། རྒྱ་
གཟན་བྱེད་པ་དང་། མི་རྒྱུ་ལི་དཀར་ན་ལྟར་པོ་མི་ལ་བསྐྱེད་པ། ས་རྒྱུ་ལི་དཀར་
ན་ས་ལོག་རྒྱ་སྤྱོད་པ། ལྟགས་རྒྱུ་ལི་དཀར་ན་སྤྱོད་པ་བཅུག་ནས་བྱིས་ནང་རྒྱ་
འཛོག་པ། རྒྱ་རྒྱུ་ལི་དཀར་ན་ལྟར་པོ་རྒྱ་ལ་སྤྱོད་པ་ཞིང་ཡོད་པ་རེད། རྒྱ་སྤྱོད་པ་ལི་
སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་རྒྱུ་ལི་དཀར་ན་རྒྱུ་ལི་དཀར་ན་ཞེས་ཟས་རིགས་དང་། དར་མོས་རིགས། རྒྱ་
ཆགས་རིགས་སོགས་མང་པོ་རྒྱུ་ལི་དཀར་ན་རྒྱ་མཆོད་ཅིང་ཡོད་པ་རེད།

དེའང་གཤིན་པོ་གང་ལ་རྒྱུ་ལི་དཀར་ན་གང་ཞིག་དམོས་གཤིན་པོའི་སྤྱོད་པ་ལ་བརྟེན་
ནས་ཐག་གཅོད་དམོས་ཤིང་། རྒྱ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་བསྐྱེད་པ་ལྟགས་འདི་དག་ནི་བོད་ཀྱི་
ལོ་རྒྱུས་ཐོག་དར་སྤྱོད་པོས་ཀྱི་རིག་གནས་ཤིག་ཡིན་པ་དང་། རྒྱ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་
སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་
རེད། ཆེས་གནའ་པོའི་རྒྱུ་ལི་དཀར་ན་རྒྱུ་ལི་དཀར་ན་གཤིན་པོ་རང་གི་རྒྱ་སྤྱོད་པ་
དང་། རྒྱུ་ལི་དཀར་ན་ལྟར་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་
ནང་འཁོད་པ་ཅུ་མ་ཟད། མི་ལོ་རྒྱུ་ལི་དཀར་ན་ལྟར་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་
དེར་རྒྱུ་ལི་དཀར་ན་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་
བོད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་གཤིན་རབ་དང་། ཀོང་ཅོ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱུ་ལི་དཀར་ན་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་
ཆོག་མང་པོ་དར་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་
དེའི་གཟུགས་བརྟན་བཅའ་ནས་མཆོད་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་
རབས་བཅུ་གཉིས་པའི་ནང་ཅུ་མ་ཟད་རྒྱུ་ལི་དཀར་ན་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་
གཏོ་ཆོག་རྒྱུ་ལི་དཀར་ན་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་
ཅིང་ཡོད་ལ། རྒྱུ་ལི་དཀར་ན་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་
ལག་ལེན་བྱེད་དང་བྱེད་བཞིན་པ་འདི་རེད། རྒྱུ་ལི་དཀར་ན་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་
ནི། 《རྒྱུ་ལི་དཀར་ན་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་
མགོ་ག། མར་ཁ། འབྲུལ་ཁ། རྒྱུ་ལི་དཀར་ན་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་
སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་

སྒྲིང་གི་ལོར། མོད་མ་དམར་ཞུ། ཤིང་སེ་བ། བྱ་རྒྱ་ཀ་རྣམས་སོ། །

2. སྒར་ཁ་ཁོན་ལ་ཤི་ན། རྒྱུ་ན། ཟར་ལ། ལག་གཡོན་ཤ། ཆན་མོའི་ཕུ་རུང་གཡོན་པ། ཕུག་སྒར་སོག་པ། ཆན་མོའི་ཁོར། པ་ཆན། ཕུག་ཆན་མཁོ་དམར། ཤིང་ལྷང་ལ། བྱ་མི་བ་ནམས་སོ། །

3. སྐར་ཁ་དུ་བ་ཤི་ན། བྱ་ཤ། ཅུ་ཅེ། སྐར་ཅི་བས་གཡོན། སོ་བྲལ། སྐར་གས།
སོས་འབྱར་མ། མགར་བའི་ལག་ཆ། གྱི། བདུང་། བདུལ། ར་ཆན་རྒྱ་སོ། བོང་
བྱ། ཤིང་ཆར་པ། བྱ་འཛོལ་མོ་རྣམས་སོ། །

4. སྒར་ཁ་ཁེན་ལ་ཤི་ན། འཕྱི་ཤ། ཁྱི་ཤ། ཀྱང་གཡོན་ཤ། རས་དགར། ཀས་
པོའི་ལྷམ་གཡོན་པ། པོན་པོའི་ར་གཤར། ཀྱང་པོའི་ཁོར། ཁྱི་ཀན། ཁྱི་རྩ་དམར།
ཤར་ལྟར་པ། ལྟ་ལྟར་ལྟར། ཏྲ་ཏྲམས་སོ།

5. སྒྲུབ་ཁ་ཁམ་ལ་ཁྱི་ན། ཉ་ཕན་ར་ཤ། རྒྱུ་ལ། སྒྲུབ་ཤོས་འབྱུང་བ་རྒྱ་ཆོལ།
སྒྲུབ་ཆལ། ཤལ་ར་ཆལ། རྒྱ་ཤོས་ཆལ་ཤོ། སྒྲུབ་ལ། སྒྲུབ་ཤོ་ཤ། རྒྱུ་ལ། སྒྲུབ་ཤོ་
ཕལ་ལ། ཁྱི་ར་རྒྱུ་ལ། རྒྱུ་ལ། རྒྱུ་ལ་ཕལ་ཤོ།

6. སྐར་ཁ་གྲིབ་ལ་ཤི་ན། སྐར་ཤ རྒྱང་གཡས་ཤ རྒྱོ་ ཟ་འོག་ རྒྱོམ་ཆེན་
ལོས། རྒྱར་རྒྱུ། དཀོར་རྒྱས། བན་དེའི་རྒྱར། སྐར་དམར་མགོ་ཤ ཤིང་ཤྱག་ལ།
ཤྱ་ཤྱག་ལ། མཛོ། རྒྱལ་བཅས་ལོ།

7. རྒྱ་མཚོ་ལ་ཤི་ན། བོད་ཀྱི་ རྩིས་ཀྱི་གཡམས། རྒྱ་མོ་ལ། རྒྱ་རགས།
རྒྱ་མཚོ་ལ་བོད་ལུང་གི་རྒྱ་མཚོ་ལ། རྒྱ་མོད་ཀྱི་ ཤིང་བཟོ་ལྟ་ཆ། བོད་ལུང་
ཁ་ལོ་རྒྱ་མཚོ་ལ་ ཤིང་རྒྱ་མཚོ་ལ། རྒྱ་མོ་ལྟ་ཆ་ལ། རྒྱ་མཚོ་ལ།

8. སྐར་ཁ་ཐོན་པ་ཤིན། ཟར་མ། བརྩོན་པ་ཕྱི་ལག་གཡས་ཤིན། འདྲ་མཉམ་པ་
འོག་ཁ། འདྲ་མཉམ་པ། ཤིན་པུས། བརྩོན་པ་ཕྱི་ལག་ཐོན་པ་ཤིན་པུས་པ།
ཕྱི་ལག་ཐོན་པུས་པ།

མོད་གསལ་འདི་རྣམས་ནི་སྤར་ཁ་སོ་སོའི་རྒྱུ་རྐྱེས་དང་རྒྱུ་ལོར་རྣམས་ཡིན་
སྟབས། མོད་ཀྱི་གནད་སོའི་རྒྱུ་ཁོད་ནང་རྒྱ་གར་རྐྱེས་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་པའི་
སྟབས་ལྷ་སྤར་ཁའི་རྒྱུ་རྐྱེས་འདི་ནི། དངོས་སོ་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་ཐབས་ཀྱི་

ཚད་མའི་བདེན་དཔང་ཞིག་ཡིན། རུར་རྩལ་འདི་དག་དགོས་པ་གང་ཡོད་ཞེ་ན།
རྩལ་སོ་སོའི་དགོས་པ་རུར་ཚོགས་ལས།

དཔེར་ན། སྤར་ཁ་ལི་ལ་ཤི་ན།

མགོ་ཤ་མར་ཁུ་འབྱུ་བཟང་འབྲས། །

ཁྱོད་ཀྱི་རུར་བརྒྱགས་རྫོངས་སུ་འདེབས། །

འདི་ལ་རུར་ཀྱི་བརྒྱགས་སྐལ་གྱིས། །

གསོན་ཀྱི་བས་གཡང་མ་བརྒྱ་ཞིག།

ལུ་དང་ཕྱིང་པ་རྟ་ལྷགས་འདི། །

ཁྱོད་ཀྱི་རུར་གོས་རྫོངས་སུ་འདེབས། །

འདི་ལ་གཤིན་ཀྱི་གོས་སྐལ་གྱིས། །

གསོན་ཀྱི་གོས་གཡང་མ་བརྒྱ་ཤིག།

བངས་སྤྱད་གཡུ་དང་བྱ་སྤྱིང་ཞོར། །

ཁྱོད་ཀྱི་རུར་ཞོར་རྫོངས་སུ་འདེབས། །

འདི་ལ་གཤིན་ཀྱི་ཞོར་སྐལ་གྱིས། །

གསོན་ཀྱི་ཞོར་གཡང་མ་བརྒྱ་ཤིག།

སེ་བ་སྐྱུ་ག་ཁ་མོ་ནི། །

རུར་ཤིང་རུར་བྱའི་རྫོངས་སུ་འདེབས། །

འདི་ལ་རུར་ཤིང་རུར་བྱ་གྱིས། །

གསོན་ཤིང་ལོ་རྟོག་མ་བརྒྱ་ཤིག།

ཅེས་པ་སོགས་པ་ལྟར་སྤར་ཁ་གཞན་ལའང་རིགས་འགྲེལ། དེ་ལྟའི་ཚོ་ག་འདི་
ནི་འབྱུང་བ་ལྷ་གང་གི་རུར་འདེབས་ཀྱང་ལག་ལེན་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། ལུང་
པོ་ས་ལ་སྤྲས་ན་རུར་རྩལ་དང་། རུར་ཞོར་འདི་རྣམས་ལྟན་རུ་ས་འོག་རུ་སྤྲས་ཤིང་
ཡོད་པ་རེད་ལ། དེང་རུས་བོད་རུ་རུར་མང་ཆེ་བ་བྱ་གཟན་བྱེད་ཅིང་ཡོད་ཀྱང་།
ཚོ་ག་འདི་དག་ཚུལ་བཞིན་རུ་ལག་ལེན་བྱེད་ཅིང་རུར་ཁྱོད་ནང་རུ་རུར་རྩལ་འདི་
དག་མཚན་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། །

ཡུ་ལྷ་ཡ།
 ཞིང་འབྲོག་སྐྱེ་ནས་སྤྱི་བཤད།

ས་བཅད་དང་མོ། བོད་མིའི་ཞིང་ལས་སྐྱོར་བཤད་པ།

བོད་ཀྱི་ཞིང་ལས། བོད་ཀྱི་ཡུལ་དུ་སྐྱེ་ནས་ལས་ཀ་གཙོ་བོ་རིགས་གཉིས་ཏེ།
 ཞིང་པ་དང་འབྲོག་པ་གཉིས་རེད། དེ་ཡང་ཞིང་པ་ནམས་ནི་གནས་གཏན་ལེལ་
 གཅིག་ཏུ་བསྐྱད་ནས། ས་ཞིང་བཏབ་སྟེ་འབྲུ་རིགས་གསོག་འཛོག་བྱེད་ཅིང་ཡོད་
 པ་རེད། ཞིང་པ་མང་ཆེ་བའི་སྤྱད་ཁང་བཅེགས་གཉིས་ཡིན་པ་དང་། འོག་ཁང་
 ཏུ་རྩ་མེད་འཛོག་ས་དང་། བ་ཕྱགས་བཏགས་ས་བྱེད་ཅིང་། སྟེང་ཁང་ཏུ་མི་
 སྤྱད་ས་དང་ཅ་ལག་འཛོག་ས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ལོ་གཅིག་གི་རིང་ཏུ་སྐྱོན་ཆོག་ས་བཞི་
 བོ་ཐམས་ཅད་ལ་ཞིང་ལས་བྱེད་དགོས་པ་དཔེར་ན། དགུན་ཏུ་སྐྱེ་ཞིང་ནང་ཏུ་
 ལུང་བཀྲམས་དགོས་པ། དབྱིད་ཏུ་སྐྱེ་ས་ཞིང་ཚོ་ཞིང་ས་བོན་འདེབས་དགོས་པ།
 དེ་ཡང་ས་ཁད་མཐོ་དམན་དང་བསྐྱུན་ནས་སྤྲུལ་འདེབས་དང་། བར་འདེབས།
 སྤྱི་འདེབས་བཅས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཡོད་པ་རེད། ས་བོན་བཏབ་རྗེས་སུ་ལོ་རྒྱུག་ཡག་
 སོ་ཞིག་ཡོང་མིན། ས་ཞིང་བདག་སྦྱོར་བྱེད་སྤངས་ལ་རག་ལས་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་
 སྟེན། ཏུས་དང་བསྐྱུན་ནས་སྤྱི་ཡུར་དང་ལྷམ་འཛོག་ནམས་ཡག་པོར་བྱ་སྟེ་
 ལྷང་བྱར་སྤྱང་སྦྱོང་ཡག་པོར་བྱ་དགོས། བོད་པའི་ཞིང་པས་འབྲུ་རིགས་གཙོ་བོ་
 བྱས་དང་། གྲོ། སྐྱ་མ་གསུམ་པོ་འདེབས་ཀྱི་ཡོད་ལ། ལོ་རེ་ལ་སྟོན་ཐོག་
 ཐེངས་རེ་ལོན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་བོད་ཀྱི་རིང་ཆེན་སྤྱགས་སུ་ད་ཏུང་
 འབས་དང་། བ་པོ། སོ་བ། མ་ཚོས་ལོ་རྒྱུག་ཤི་ཅི། སྐྱ་མའི་རིགས་མི་འདྲ་བ་
 ནམས་སྟེ་ཞིང་ཡོད་ལ་སྟོན་ཐོག་ཐེངས་གཉིས་ལན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡང་
 རྩ་ཡུལ་རིང་པའི་སྤྱད་ལ་སྐྱ་མ་ལྷང་གའི་མིང་ལ་ཏུས་དང་། སྐྱ་མ་དམར་
 ཆེན་ལ་ལ་ལིས། སྐྱ་ཆུང་ལ་སྐྱ་ཀག །མ་ཚོས་ལོ་རྒྱུག་ལ་ཏ་འབའ་སོགས་

ཟེར། སྤྱིར་ལོ་རྟོག་ལ་རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་དག་མང་པོ་ཡོད་པ་དཔེར་ན། [[བཅའ་]]
 བཅའ་ཟེར་བ་ཐལ་བ་དམར་པོ་ཞིག་འབབ་ནས་ལོ་རྟོག་སྒྲིང་རྩ་ཆགས་ཏེ། དེས་
 སྒྲིམ་འེན་ནང་གི་འབྲུའི་སྒྲིང་པོ་ཐམས་ཅད་སྐམ་ནས་བཅུད་མེད་པར་བྱེད་གྱི་ཡོད་
 པ་རེད། [[སང]] སང་ཟེར་བ་དབྱར་སྟོན་གཉིས་ཀྱི་མཆོམས་སུ་མཆོན་མོ་ནམ་
 མཁའ་ནས་སྒྲིན་རྩ་བ་ནས་མེད་པར་ཆགས་ཏེ་ནམ་མཁའ་གཡའ་དག་པ་དེ་ལ་
 གནའ་གཡེ་ཟེར། དེའི་སྒྲིན་གྱིས་མཆོན་མོ་དེར་གྲང་ལྷག་རྒྱས་ཏེ་ལོ་རྟོག་གི་སྒྲིང་
 ལ་བ་མོ་ཆགས་ཏེ། འབྲུ་རིགས་སྒྲིང་པོ་སང་དེ་སྐམ་འགྲོ་ཞིང་ཡོད་པས་སྤྱུ་ལ་
 འབབ་སྒྲིམ་མེད་པ་དང་བཅུད་དང་འགྲོ་བ་མེད་པར་འགྱུར་འགྲོ་ཞིང་ཡོད་པ་རེད།
 [[མེར་བ]] མེར་བ་ཟེར་བ་དབྱར་རྩས་སུ་མཁའ་དབྱིངས་སུ་སྒྲོ་བྱར་རྩ་འབྲུང་བ་
 ཆ་གྲང་གི་རྒྱང་འཐབ་པས་ཐོག་འབྲུག་སྒྲོག་གསུམ་འཁྲུག་སྒྲིམ་མེར་བ་བརྒྱབ་ཡོང་
 གི་ཡོད། ཐོག་འབྲུག་སྒྲོག་གསུམ་གྱི་འབྲུང་རྩལ་སྒྲོར་ལ་སྤྱི་ལོའི་རྩས་རབས་བརྒྱད་
 པའི་ནང་རྩ་བྱིས་པའི། 《རྒྱལ་པོ་བཀའ་ཐང་》ལས། མཆོ་ཡི་རྒྱངས་ལས་
 མཁའ་ལ་སྒྲིན་རྩ་ཆགས། འབྲུང་བ་ཆ་གྲང་འཕྲད་པས་སྒྲོག་རྩ་འཁྲུག། དེ་ཉིད་
 འཐབ་པས་མཁའ་ལ་འབྲུག་སྒྲོ་སྒྲོགས། དྲག་ཅིང་ངར་ན་བར་ནས་ཐོག་རྩ་
 འབབ། དཔེར་ན་མེ་ལྷགས་རྩོ་ལ་བརྒྱབས་པ་བཞིན། ཞེས་གསུངས་ཡོད།
 སྤྱིར་མེར་བ་ནི། ལོ་རྟོག་གི་ལྡར་བྱ་སྒྲིམ་ནས་བཅས་མ་བརྒྱུ་མ་ཆར་གྱི་བར་རྩ་གར་
 རྩས་ཡིན་ན་ལོ་རྟོག་གི་དག་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་གྱི་ཡོད། ལྷག་པར་རྩ་ལོ་རྟོག་
 བརྒྱ་རན་ལ་ཁད་གྱི་རྩས་སུ་མེར་བ་ཞིག་བརྒྱབ་ན་འབྲུ་རིགས་ཐམས་ཅད་གཏོར་
 ཏེ་གཅིག་ཀྱང་ལེན་རྒྱ་མེད་པར་ཆགས་འགྲོ་ཞིང་ཡོད་པས་རྩས་དེ་ནི་མེར་བ་ཡོང་
 བའི་རྩས་སྤྱུག་ཤོས་ཤིག་ཡིན། [[ཆོག]] ཆོག་ཅེས་པ་ལོ་རྟོག་འདེབས་ཆར་བའི་
 རྩས་སུ་ཆར་པ་མེད་པར་ཉིན་རྟག་པར་ཉི་མ་ཤུགས་ཆེན་ཤར་བ་ལ་ཟེར། དེས་
 བྱི་ལྡར་བྱའི་སྐབས་སུ་ལྡར་བྱ་ནམས་ཆོག་སྒྲིམ་ལོ་རྟོག་སྒྲིམ་པའི་གཞི་མེད་པར་ཆགས་
 པ་དང་། སྒྲིམ་བྱུང་ཟིན་རྩས་ཡིན་ན་སྒྲིམ་འེན་སྒྲིང་འབྲུ་རིགས་དེ་སྐམ་ནས་
 མེད་པ་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པར་རྩས་དེར་ཞིང་ལ་ཆ་སྒྲིན་ཡོད་ན་རྒྱ་གཏོར་སྒྲིམ་ལོ་རྟོག་
 སྤྱང་སྒྲོབ་བྱེད་དགོས་གྱི་ཡོད། ལོ་རྟོག་སྤྱང་མཁན་ལ་ཨ་མེ་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་པ་

དེ་ནི་ཡི་དམ་གང་རུང་ཞིག་གི་བསྐྱེན་པ་བསགས་ནས་ལོ་མང་པོའི་རིང་མཆོམས་
 ལ་བསྐྱེད་ཅིང་། བསྐྱེན་པ་རྟགས་ཐོན་ནས་མཆོམས་ལས་གྲོལ་ཏེ་སེར་བ་བཀག་
 པ་དང་། ཆར་སྒྲིང་བྱེད་རྒྱ་སོགས་ལོ་རྟོག་སྤྱང་སྒྲིབ་གྱི་ལས་ཀྱི་བྱེད་གྱི་ཡོད་པ་
 རེད། སྟོན་རྒྱས་སུ་ལོ་རྟོག་བརྒྱ་ནས་ཆག་པ་གང་རེ་ལྟན་རྒྱ་སྒྲིབ་པ་ལ་བཅུ་པོ་
 སྒྲིབ་ཟེར། དེ་ཉིད་ཤོག་ཆ་སྟེ་སྐམ་པོ་བྱེད་དགོས་གྱི་ཡོད་པ་དང་། དེའི་རྒྱས་སུ་
 བྱེད་སྤྱང་དགོས་གྱི་ཡོད་པ་རེད། །དགུན་རྒྱས་སུ་ཤོག་སྐམ་པོ་ཆགས་ཟིན་པ་དང་
 དབྱུག་རའི་ནང་རྒྱ་མར་པལ་ནས། སོ་གཞོན་སོ་གཞོན་རྣམས་དབྱུག་རའི་སྒྲིབས་
 གཉིས་སུ་ཁ་སྐྱད་རྒྱ་ཤོག་གཉིས་བསྒྲིགས་ཏེ་མི་རེས་དབྱུག་བསྐྱར་རེ་བཟུང་ཞིང་
 སྤྱ་གཞས་དང་བཅས་པས་ལོ་རྟོག་བརྒྱངས་དགོས་པ་དང་། བརྒྱར་ཟིན་པའི་
 འཕྱར་མ་དང་། འཕྱར་རིགས་འདྲེས་མ་དེ་དག་མི་གཞན་དག་གིས་རྒྱང་ལ་འཕྱར་
 བས་འཕྱར་དང་འཕྱར་མ་སོ་སོར་དབྱེ་ཞིང་། བྱེ་ཟིན་པ་རྣམས་ད་གསོད་འཕྱར་
 མཛོད་རྒྱ་བརྒྱུག་ཅིང་རང་རང་གི་བཟུང་ཆས་དང་། ལྷག་མ་རྣམས་འགྲོག་པ་
 བཅོངས་ནས་ཤ་དང་། མར། སྤྱ་རིགས། ལྷགས་རིགས་སོགས་དང་བརྗེ་པོ་བྱེད་
 གྱི་ཡོད།

ས་བཅད་གཉིས་ལ། ཐོད་མིའི་འགྲོག་ལས་སྒྲོར་བཤད་ལ།

འགྲོག་པའི་སྒྲོད་གནས་ལ་གཏན་འཁེལ་བ་ཞིག་མེད་པ་རྒྱས་བཞིའི་རིང་ལ་
 གནས་གསུམ་མམ་བཞི་རྒྱ་སྒྲོར་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་ལ། མ་མཐའ་ཡང་རྒྱ་བ་ཐེངས་
 གཉིས་སྒྲོར་དགོས་པ་རེད། བྱང་ཐང་གི་འགྲོག་པ་རྣམས་ནི་རྒྱས་བཞིའི་དབྱེ་བ་
 མེད་པ་སྒྲིབ་ནང་རྒྱ་སྒྲོད་པ་དང་། རོང་ཁུལ་དང་ཐག་ཉེ་བའི་འགྲོག་པ་ཡིན་ན་
 དགུན་རྒྱས་སུ་ཁང་པ་དང་། དབྱར་རྒྱས་སྒྲིབ་ནང་རྒྱ་སྒྲོད་གྱི་ཡོད། འགྲོག་པའི་
 འཆོ་བ་བརྟེན་ས་གཙོ་བོ་སེམས་ཅན་ཡིན་ལྟམས་སེམས་ཅན་གྱི་གཟན་རྩ་གང་ན་
 ཡོད་པ་དེའི་སྒྲིབས་སུ་རྒྱ་བ་སྒྲོར་དགོས། སྤྱིར་བཏང་བོད་གྱི་ལོ་གསར་རྗེས་སུ་
 འགྲོག་པའི་དབྱིད་རྒྱ་སྒྲོར་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་རྩ་རྒྱ་མོད་ས་དང་། དགུན་རྒྱ་
 སྒྲོད་ས་ལས་ས་ཁད་རྒྱང་མཐོ་ས་ཤིག་རྒྱ་སྒྲོར་འགྲོ་བ་ཡིན། དབྱར་ཉི་ལྷོ་གྲོག་པའི་
 རྒྱས་སུ་འགྲོག་པའི་དབྱར་རྒྱ་སྒྲོར་དགོས་ཞིང་། དེ་ཡང་ས་ཁད་མཐོ་སའི་རི་

མགོ་འི་ཕྱོགས་ལ་ཡར་སྒྲོར་དགོས་པ་ཡིན། དབྱར་ཕྱི་ཐོག་ཟླ་བ་གཉིས་ཙམ་
 ཞིག་གི་རྗེས་སུ་རི་འགོ་ལ་ཁ་བ་འབབ་འགོ་ཚུགས་སྟབས། དེ་ནས་སྟོན་ཕྱི་ནང་
 མར་བབ་དགོས་ཀྱི་ཡོད། སྟོན་ཕྱི་སྒྲོང་ས་དེ་དགུན་ཕྱི་སྒྲོང་ས་དང་ཚུང་ཐག་ཉེ་
 ལ། ས་ཁད་ཚུང་ཟད་དམའ་ཞིང་དབྱར་ཕྱི་གནས་ལས་དྲོད་བབ་ཆེ་ས་ཤིག་
 ཡིན་དགོས། ཤོད་ཟླ་དགུ་པའི་ཆེས་འགོ་ནས་དགུན་ཕྱི་ནང་བབས་ཅིང་། དེ་
 རྗེས་དགུན་བཤས་གཏོང་གི་ཡོད། སྒྱིར་འབྲོག་པའི་འཆོ་བ་ལ་དུས་རྒྱུན་བཟུང་
 བཅའ་གཙོ་པོ་ཤི་རིགས་དང་། འོ་མ། མར། ཞོ། འཕྱར་བ་རྣམས་ཡིན་ཞིང་།
 ལོ་རྒྱུས་པོ་འི་རིགས་རྣམས་ལ་བཟུང་ཆས་རྩམ་པ་ཡོད་ཅིང་། ལོ་གཞོན་ལུ་རྣམས་
 ལ་འབྱུ་རིགས་བཟུང་རྒྱ་ཚུང་དགོན་པོ་ཡིན། དབྱར་ཉི་ཤོག་གི་རྗེས་སུ་ལྷག་
 བཤས་དང་གཡག་བཤས་བྱེད་རྒྱ་འགོ་ཚུགས་ཤིང་། དེ་ནས་བཟུང་དགུན་འགོ་
 མ་ཚུགས་ཀྱི་བར་ཤ་གསར་པ་བཟུང་རྒྱ་ཆད་མེད་དུ་ཡོད་པ་རེད། དགུན་དུས་
 དང་དབྱིད་དུས་སུ། སེམས་ཅན་རྣམས་ཤ་ཤེད་ཞན་པ་ཡིན་སྟབས་བཤས་བྱེད་
 ཅིང་ཡོད་པ་མ་རེད། དེར་བརྟེན་པོད་ཟླ་དགུ་པའི་ནང་འབྲོག་པའི་དགུན་
 བཤས་ཟེར་བ། དགུན་དུས་དང་དབྱིད་དུས་གཉིས་ལ་བ་རྒྱ་ལྡང་ངེས་ཀྱི་གཡག་
 བཤས་དང་འབྲི་བཤས་ཁ་ཤས་དང་། ལྷག་བཤས་མང་པོ་བྱེད་ནས་ཤ་རྣམས་
 འབྲུགས་འཁེང་དུ་འཕྱར་བཅུག་ཅིང་། དེ་ནས་དགུན་དུས་དང་དབྱིད་དུས་
 རྣམས་སུ་རིམ་བཞིན་བེད་སྤྱོད་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། ཤ་མར་གྱི་ལྷག་མ་རྣམས་
 ཞིང་པའི་ས་ནས་འབྱུ་རིགས་དང་བརྗེ་ཞིང་ཡོད། འབྲོག་པའི་ཁོར་གོད་ཀྱི་རྒྱ་
 རྒྱུན་གཙོ་པོ་གཅིག་ནི་གངས་ཐན་རེད། གངས་ཐན་ཞེས་པ་དེ་དགུན་ཁ་དང་
 ལྷག་པར་དུ། དབྱིད་དུས་ཁ་བ་ཉིན་མང་པོར་བསྐྱེད་མར་བབས་ནས་སེམས་ཅན་
 ལ་གཟན་རྒྱ་མི་རགས་པར་ཆགས་ཏེ་སེམས་ཅན་མང་པོ་ཕྱ་གས་ཤི་འགོ་བ་དེ་ལ་
 གངས་ཐན་ཟེར། གཞན་ཡང་ནད་ཡམས་ཀྱི་རིགས་མང་པོ་ཡོད། སྒོ་གོར་ཉོན་
 གསུམ་གྱི་ནད་ཡམས་བྱུང་ན་སྡེ་ཤོག་ནས་སྡེ་ཤོག་བརྒྱུད་དེ་སེམས་ཅན་རྩ་བརྒྱུག་
 འགོ་ཞིང་ཡོད་པ་རེད། ཉོན་གྱི་ནད་བདག་དེ་སྤྱང་སྤྱང་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན་སྟབས་
 ལྡང་པ་གང་དུ་བྱོས་ཀྱང་རྗེས་སུ་རྒྱགས་ཡོང་གི་རེད་ཅེས་ཟེར་སྟོལ་ཡོད། ས་ནད་

གྱི་ལྷགས་ཐོག་གི་ན་ན་མཚན་མོའི་དུས་སྐད་མེད་པ་དལ་བྱས་ལྟར་པ་གཞན་དུ་
 འཁོས་བྱོལ་བྱིན་ན་ནད་ཡམས་ཆད་འགྲོ་ཡི་ཡོད། འཁོག་པ་ཚོས་ས་ནད་གྱི་ནད་
 བདག་དེ། རྩ་བ་འོན་པ་ཡིན་སྟབས་སྐྱ་མེད་དལ་བྱས་བྱོས་ན་ནད་མལ་དུ་ལྷས་
 འགྲོ་གིན་རེད་ཟེར་སྟོལ་ཡོད། ཁ་ཚའི་ནད་གྱིས་ཀྱང་སེམས་ཅན་ལ་མོད་ཀ་གང་
 ལ་གང་འཚམས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། །

འཁོག་པ་འི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ལོ་གྲངས་བཙེ་སྟངས་དང་ཁ་མདོག་ལ་ཐ་སྟང་
 མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན། ཐོག་ཕོ་ལ་གཡག་དང་། མོ་ལ་འབྲི་
 ཟེར་ཁིང་དེ་ལ་ལོ་གཅིག་ཡིན་ན་པེ་ལི། ལོ་གཉིས་ཅན་ལ་ལོ་རེའམ་སེ་རེ་ཟེར།
 ལོ་གསུམ་ལ་དབྱར་གསུམ། ལོ་བཞི་ཅན་ལ་སོ་གཉིས། ལོ་ལྔ་ཅན་ལ་སོ་བཞི།
 ལོ་དྲུག་ཅན་ལ་སོ་དྲུག། ལོ་བདུན་ཅན་ལ་དུས་གཅིག། ལོ་བརྒྱད་ཅན་ལ་དུས་
 གཉིས་སོགས་ཟེར་ནས་འཕོད་གྱི་ཡོད། སོ་གཉིས་ནས་སོ་དྲུག་བར་གྱི་སེམས་ཅན་
 རྣམས་ལ་སོ་ཡིན་ན་གཡག་ཙེ་ཟེར། མོ་ཡིན་ན་ཐུས་མ་ཟེར། སྤྱིར་བཏང་གཡག་
 ཕོ་རིགས་རྣམས་ཁྲིག་པ་བཅད་དགོས་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དུས་རྒྱུན་འཁོག་པ་འི་ཁ་
 རྒྱུན་ལ་གཡག་དང་། ར། ལྷག་བཅས་ཁྲིག་པ་བཅད་ལ་བྱ་བཅད་ཟེར། ཡིན་
 ནའང་ཐོག་གི་རིགས་བརྒྱད་སྟེལ་བའི་ཆེད་དུ། གཡག་ཕོ་ཁྲིག་པ་མ་བཅད་པར་
 འཁོག་པ་དེ་ལ་ཁྱུང་གཡག་ཟེར། དེ་ནི་གཟུགས་སྟོབས་གཉིས་ཀ་གཡག་གཞན་
 ལས་ཆེ་བ་ཡིན་ཡང་། གཤིས་གྱིང་པོར་ཆགས་སྟབས་ཁལ་འགེལ་ཐུབ་གྱི་མེད་པ་
 མ་ཟད། ཤ་ཡང་སྤྱ་མོར་ཆགས་ནས་བྲ་ཡས་ལ་ཡག་པོ་མེད་པར་ཆགས་ཡོད་པ་
 རེད། །

ལྷག་ཕོ་ལ་ཤ་གཟན་ཟེར། མོ་ལ་མ་ཕོ་ཟེར། དེའང་ལོ་རྩ་གཅིག་ཅན་ལ།
 ལྷ་གྱ་ཟེར། ལོ་གཉིས་ལ་ལ་ག་ཟེར། ལོ་གསུམ་ལ་སོ་ཡིན་ན་ཐང་པ་ཟེར། མོ་
 ཡིན་ན་འཆོ་མོ་ཟེར། སྤྱིར་སོ་ལྷག་ཐམས་ཅད་ཁྲིག་པ་བཅད་རྗེས་ཤ་གཟན་ཟེར་
 ཁིང་། ལྷག་བརྒྱད་སྟེལ་བའི་ཆེད་དུ་སོ་ལྷག་ཁྲིག་པ་མ་བཅད་པ་བཞག་པ་དེ་ལ་
 ཇ་འགེ་ཟེར། །

རྩ་ཕོ་ལ་རྩ་ཕོ་དང་། མོ་ལ་རྩོད་མ་ཟེར། ལོ་རྩ་གཅིག་ལ་རྩུ་ལི་ཟེར། ལོ་རྩ་

གཉིས་པ་ལ་དབྱར་གཉིས། ལོ་ངོ་གསུམ་ལ་དབྱར་གསུམ། ལོ་ངོ་བཞི་པ་ལ་
བཞིའོ། ལོ་ངོ་ལྔ་པ་ལ་ན་གཅིག་པ། ལོ་ངོ་གཉིས་པ་ལ་ན་གཉིས་པ་སོགས་
ཟེར། དབྱར་གཉིས་ནས་བཞིའོ་བར་མོ་ཡིན་ན་མཐོ་རུ་དང་། མོ་ཡིན་ན་མཐོ་
མོ་ཟེར། སྤྱིར་བཞོན་རྟ་ཐམས་ཅད་འོག་ལེན་ཞིང་ཡོད་པ་རེད། རྒྱིག་པ་བཅད་
པ་ལ་འོག་བཅད་ཟེར། རིགས་བརྒྱད་སྟེལ་བའི་ཆེད་རུ་རྟ་མོ་རྒྱིག་པ་ཅན་འཛོག་
པ་ལ་རྟ་གསེབ་ཟེར། །

ར་མོ་ལ་ར་གཡག་གམ་འཆོར་མོ་ཟེར། མོ་ལ་ར་མ་ཟེར། ལོ་ངོ་གཅིག་ཅན་ལ་
རེ་ཅི་ཟེར། ལོ་ངོ་གཉིས་ཅན་ལ་སྟུ་སེ་ཟེར། ལོ་གསུམ་དང་བཞི་ཅན་གྱི་ར་མ་
ལ་རི་མོ་ཟེར། །

གཞན་ཡང་ནོར་ཕྱགས་འདྲེས་པའི་རིགས་གྱི་མིང་ལ། མོ་ལ་གཡག་མོ་ལ་འབྲི།
མོ་ལ་སྐང་། མོ་ལ་བ། འབྲི་དང་སྐང་འདྲེས་པ་ལས་བྱུང་བའི་མོ་ལ་མཛོ་དང་མོ་
ལ་མཛོ་མོ་ཟེར། འབྲི་མཛོ། བ་དང་གཡག་འདྲེས་པ་ལས་བྱུང་བའི་བརྒྱད་པ་ལ་
ཡང་མཛོ་དང་མཛོ་མོ་ཟེར་ཡང་བ་མཛོ་ཡིན། མཛོ་མོའི་བྱ་ལ་ལྟོ་ལེ་ཟེར། དེ་
ཡང་གཡག་དང་འདྲེས་པ་ལ་གཡག་ལྟོ་ལ་ལམ་ངན་ལྟོ་ལ་ཟེར། སྐང་དང་འདྲེས་
ལ་བཟང་ལྟོ་ལ་ལམ་བ་ལྟོ་ལ་ཟེར། ལྟོ་ལེ་མོ་མོ་འདྲེས་པ་ལ་སྐར། སྐར་མོ་མོ་འདྲེས་
པ་སྐར། སྐར་མོ་མོ་འདྲེས་པ་ལ་གསེར་སྐར་སྐར་ཞེས་ཤིན་རུ་དཀོན་པའི་སྟོག་
ཆགས་གྱི་རིགས་ཤིག་ཡིན། སེམས་ཅན་གྱི་སྟུ་མདོག་མིང་ལ། ཟོག་ནག་པོ་ནག་
རྒྱུང་ལ་རོག་པོ་ཟེར། སྟོ་སྟུ་པོ་ཅན་ལ་ཟོག་པོ་པོ་ཟེར། ངོ་དཀར་པོ་ཅན་ལ་ཟོག་
ག་པ་ཟེར། ཟོག་པའི་སྟེང་དཀར་ཟིག་ཡོད་པ་ལ་ཟོག་མཛོ་པོ་ཟེར། སྐལ་པ་
དཀར་པོ་ཅན་ལ་ཟེས་པོ་ཟེར། མོ་བ་དང་། མོག་པ། འཆང་ར་སོགས་གྱི་སྟེང་རུ་
དཀར་པོ་ཡོད་པ་ཅན་ལ་ཟོག་ཁ་པོ་ཟེར། སྟུ་མདོག་སེར་པོ་ཅན་ལ་ཟོག་ཁམ་པ་
ཟེར། །རྟ་དཀར་པོའི་མིང་ལ་རྟ་གྲོ་པོ་ཟེར། དམར་སྟག་གི་མིང་ལ་རྒྱུང་རུ་ཟེར།
སེར་པོའི་མིང་ལ་རག་པ་ཟེར། སྟུ་མདོག་འདྲེས་མ་ལ་མོག་གྲོ་ཟེར།

ཡེ་ཤུག་པ།

བོད་ཀྱི་ཚུལ་ལྟགས་གྱི་བཤད།

ས་བཅད་དང་པོ། བོན་མོ་ཚུལ་ལྟགས་བཤད་པ།

བོན་ཀྱི་ཚུལ་ལྟགས་ཀྱི་ཐ་སྐད་སྐོར་ལ་བཤད་ལྟགས་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་
ཀྱང་། འདིར་མདོར་བསྟར་ནས་གདོད་མའི་བོན་ཚུལ་དང་གཡུང་རྒྱུད་བོན་ཚུལ་
ཞེས་ཅུ་བའི་དབྱེ་བ་གཉིས་བྱས་ཡོད།

གཅིག །གདོད་མའི་བོན་ཚུལ།

གདོད་མའི་བོན་ཚུལ་ནི། བསྐལ་པ་ཡ་ཐོག་གི་གདོད་མའི་མི་རྒྱལ་ས་ལོ་ཟླ་ཞག་
རྒྱས་མང་པོ་བརྒྱད་ནས་འཆོ་བ་སྦྱོད་པའི་གོ་རིམ་ནང་དུ་རང་བྱུང་ཁམས་སུ་ཐུག་
པའི་དཀའ་ངལ་སྣ་ཚོགས་པ་ཞིག་དང་འབྲུང་ཆོ། དེ་དག་བྱེད་པོ་འགོ་བ་མའི་
རྒྱས་སྟོབས་ལས་བརྒལ་བའི་ལྷ་འདྲེ་ཞིག་ཡོད་པར། རོས་འཛིན་བྱས་ཏེ་ལྷ་མཆོད་
པ་དང་། འདྲེ་བཀར་བའི་ཚུལ་ལྟགས་དེ་ལ་བརྟེན་བོན་ཟེར་ཞིང་། བོན་གྱི་སྟོན་
པ་གཤེན་རབ་མ་བྱོན་པའི་གོང་དེར། རྒྱུད་བའི་བོན་པོ་ནི་བརྟེན་བོན་ཡིན་པར་
འདྲ། ཚུལ་ལྟགས་དེ་ནི་རྒྱུད་དཀར་སྟོ་བཟང་ཕྱིན་ལས་ཀྱིས་མཛད་པའི་ ཚུལ་
སྟོན་རྒྱུད་འབྲེལ་སྐོར་བཤད་པ་ ལས། ཚུལ་ལྟགས་དེ་ནི་སྟུང་ཡོད་གདོད་མའི་
ཚུལ་ལྟགས་ཀྱི་བསམ་སྟོའི་མང་གཞིའི་ཐོག་འབྱུང་བ་ལྟའི་ལྷ་དང་། དུལ་ལྷ། བྱིས་
ལྷ། དག་ལྷ། ཞང་ལྷ་སོགས་ལྷ་རིགས་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཡོད་པ་དེ་ཆོར། སེམས་
ཅན་བ་ཐུགས་དང་ར་ལུག་ཤ་བ་སོགས་བསད་ནས་མཆོད་པ་འབུལ་བ་དང་། མི་
ཤི་ནས་འདྲེ་ཅུ་འབྱུར་བ་དང་། ལྷ་ཅུ་སྟེ་བ་ཡོད་པར་མ་ཟད། ལྷ་འདྲེ་ཤི་ནས་
མི་ལ་སྟེས་པའང་ཡོད་པས་སྟེ་བ་སྟེ་སྟེ་ཡོད་པར་ཁས་ལེན་གྱི་ཡོད། ཅེས་གསུངས་
པ་ལྟར། སྐབས་དེའི་མི་རྒྱལ་ས་ལ་རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་ཤ་འོད་དང་། ས་ཡོམ།
ཐོག་སེར། གངས་ཐན་སོགས་ཀྱི་གདོད་པ་བྱུང་ཆོ། དེ་དག་བསྟོག་པའི་ཐབས་སུ་

ཡུལ་ལྟ་གཞི་བདག་རྣམས་ལ་གསལ་མཆོད་དང་སྤྱོད་བཅོལ་བྱེད་དེ། ཅི་ཤིང་
 ལྷ་ཆོགས་མེ་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་བསངས་རུང་གཏོང་བ་དང་། འབྲུ་རིགས་ལྷ་ཆོགས་
 དང་། སེམས་ཅན་ལྷ་ཆོགས་བསང་པའི་ཤ་ཁྲག་གིས་མཆོད་པ་བྱེད་སྤྱོད་ལྟར་
 ཡོད། མི་ལ་ན་ཆ་བྱུང་ན། གདོན་འདྲེ་ལས་བསྐྱུ་བའི་ཐབས་སུ་སེམས་ཅན་མང་
 སོ་བསང་པའི་ཤ་ཁྲག་གཏོར་ནས། གདོན་འདྲེ་ཆོམ་ཞིང་ནད་ལས་ཐར་བའི་རེ་བ་
 བྱེད། མི་འཆི་བའི་ཆེ་རང་གི་ཆུན་ཤོས་དང་དོར་རྩལ་སོགས་ལྟར་སོ་དང་ལྟན་
 ཞིག་རུར་རུ་རྫོངས་ཤིང་། གཤིན་པའི་དགོ་རྩ་སེམས་ཅན་མང་སོ་བསང་དེ་ལྟ་
 མཆོད་ཀྱིན་ཡོད་པའི་ཚུལ་ནི་དེང་རུས་ཀྱི་ སྤྱད་མདོས་ཀྱི་ཆོག་ རྣམས་དང་།
 རུར་ཆོག་ རྣམས་ལ་ཞིབ་རུ་དབྱད་ནའང་གདོད་མའི་བོད་ཀྱི་ཡུལ་སྤྱོད་གོམས་
 གཤིས་ཀྱི་རྣམ་པ་དེ་རགས་ཅམ་མདོན་ཐུབ། གཞན་ཡང་གཤེན་རབ་མི་བོའི་
 གོང་རུ་གདོད་མའི་བོན་ཆོས་ཡོད་པ་བསྟན་པའི་བོན་གྱི་ཡིག་ཆ་རྙིང་པའང་ཡོད་
 པར་སྤངས་སྟེ། 《ཞང་བོད་ལོ་རྒྱུས་ཏི་སའི་འོད་》ལས། ད་རུང་དེ་ལས་ཀྱང་ཆེས་
 ཁ་གསལ་བ་ཞིག་ནི་བོན་གྱི་དཔེ་རྒྱུན་ཆེས་རྙིང་མ་སྤྱིད་པ་སྤྱི་མདོས་ལས། བདུད་
 བོན་གྱི་དམར་ཐབས་ལ། གཤེན་རབ་ནི་ཅི་དགུས་ཏེ། ཁྲབ་པ་ནི་ཆོམ་ལ་ཕབ།
 འབྲུ་དཀར་གྱི་གཏོར་མས་མཆོད། དམར་ཐབས་ཀྱིས་འདྲེས་བྱུང་ན། གཤེན་ལྟ་
 ལ་ལོངས་པ་མཐོལ། གདོན་བོན་གྱི་ཤེ་ཚུའི་སྤྱེམས། གཤེན་རབ་ནི་ཅི་དགུས་ཏེ།
 གདོན་འདྲེ་ནི་ཆོམ་ལ་ཕབ། འབྲུ་དཀར་གྱི་ཡུ་ཏིས་མཆོད། ཤེ་ཚུ་ཡི་འདྲེས་བྱུང་
 བ། གཤེན་ལྟ་ལ་ལོངས་པ་མཐོལ། ཞེས་པས་བདུད་བོན་དང་གདོན་བོན་རྣམས་
 གཤེན་རབ་ཀྱི་སྤྱོད་ནས་ཡོད་པ་དང་། དེ་དག་གིས་དམར་མཆོད་བྱེད་སྤྱོད་
 ཡོད་པ་ལ་གཤེན་རབ་མི་བོ་ཆེ་མ་དགུས་ནས། བདུད་བོན་དང་གདོན་བོན་
 རྣམས་ཆོམ་ལ་ཕབ། དེ་དག་གི་སྤྱོད་ཚུལ་རུ་སེམས་ཅན་རིགས་འགའ་བསང་
 བས་ཤ་རུས་ཀྱིས་མཆོད་པ་བྱེད་སྤྱོད་ཡོད་པ་དེ་དག་གི་ཆོབ་རུ། འབྲུ་དཀར་གྱི་
 གཏོར་མས་འབྲས་པར་བྱས་པ་དང་། ཤེ་ཚུ་སྟེ་ཁྲག་གི་སྤྱེམས་འབྲལ་སྤྱོད་ཡོད་པ་
 དེ་དའི་ཆོབ་རུ། ཡུ་ཏི་སྟེ་འབྲུ་ཆང་གིས་འབྲས་པར་བྱས་པའི་མདོས་ཆོག་གི་སྤྱོད་
 གསར་སུ་གཏོད་མཛད་པ་དང་། 《ཡང་སྤྱིད་པ་སྤྱི་མདོས་》ལས།

བཅན་རྩེ་ནི་ཅི་ལ་དགེས། །
 བཟའ་བ་དེ་ཤ་ལ་རམ། །
 བདུང་བ་དེ་ཁྱག་ལ་རམ། །
 ཡེན་པ་དེ་སློག་དབྱགས་ཡེན། །
 མཐུན་པ་དེ་བགེགས་དང་མཐུན། །
 སྤང་བ་དེ་བདུང་དང་སྤང་། །
 སློབས་པ་དེ་བཅན་བོན་སློབས། །
 འཆོ་བ་ནི་འགོ་ལ་འཆོ། །
 གཤེན་རབ་ནི་བཀའ་བཅན་པས། །
 རྩོ་དམར་^①ནི་ཁྲུང་ལ་གཟེར།
 ཁས་ཡེན་ནི་གཤེན་ལ་ཁྱུས། །
 སློག་ཐག་ནི་གཤེན་ལ་སྤུལ། །
 སློག་ཁྲུང་ལ་ནམ་མཁས་བརྟན།

ཞེས་པས་བཅན་བོན་གྱི་སློབས་མགོན་བཅན་རྩེ་ཡིན་པ་དང་། བཅན་རྩེ་ནི་
 སློ་འགོའི་ཤ་ཁྱག་སློག་དབྱགས་ལ་ཡོངས་སུ་སྤྱོད་ཅིང་། བགེགས་དང་སློགས་
 འབྲེལ་བྱེད། བདུང་དང་གཉེན་འབྲེལ་བྱེད། བཅན་བོན་མགོན་སློབས་བྱེད་
 ཅིང་། དེ་དག་ལས་གཞན་པའི་སློ་འགོ་ཡོངས་ལ་གནོད་འཆོ་བྱེད་མཁན་ཞིག་
 ཡིན་སྟབས། གཤེན་རབ་མི་བོ་ཆེས་མཐུ་རྩལ་གྱི་མི་ཆེན་པོ་བཅན་རྩེའི་ཁྲུང་ལ་
 སལ་པས། བཅན་རྩེས་ཅི་བཅོལ་ཁས་ཁྲུངས་ཤིང་། སློག་སྤྱོད་གཤེན་རབ་ལ་
 སྤུལ། སློག་དབྱགས་ཀྱི་ཆབ་རུ་ཁྲུང་བསྟོའི་སློལ་བཏོད་པར་མཛད་པའི་སློར་
 གསལ་བར་འཁོད་པ་དེ་དག་ལ་བལྟས་ན། གཤེན་རབ་མི་བོ་ཆེའི་སྟོན་རུ་བཅན་
 བོན་བྱང་ཡོད་པའང་གསལ་བར་བལྟན་པ་རེད། ཅས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།

① རྩོ་དམར། ཞང་ཁྲུང་མི་རི་སོགས་ཀྱི་སློགས་ལས་བྱུང་པའི་མཐུ་རྩལ་གྱི་སློན་པ་བསྟུང་བྱའི་ནད་
 གདོན་དང་། བར་ཆད་ཀྱི་རིགས་རྣམས་མེལ་བའི་ཆེད་མེའི་ལས་སྤྱོད་ཅི་རིགས་ཤིག་བྱེད་རུ་ཡོད་པ་དེ་
 ལ་ཟེར།

གཉིས། གཉིས་པ་གཡུང་རྩུང་བོན་ཚོས།

གཡུང་རྩུང་བོན་ཚོས་ནི། དེར་མ་ཟད་གཡུང་རྩུང་བོན་ཚོས་ཀྱི་སྟོན་པ་
གཤེན་རབ་མི་བོ་ཆེ་ནི་དམུ་གཤེན་གྱི་གདུང་རིགས་ཡིན་ཞིང་། ཁོང་གི་མོང་རུ་
དམུ་གཤེན་གྱི་གདུང་རབས་བཅུ་དགུ་བྱུང་བའི་ ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་པ་བོན་གྱི་ཚ་
རྒྱུད་ཉི་མོན་རུ་བསྟན་པ་དེ་ཉིད། 《ཞང་བོད་ལོ་རྒྱུས་ཏི་སའི་འོད་》 ལས་རེའུ་
མིག་རུ་བཀོད་ནས་འགྲེལ་བཤད་བྱས་པར། སངས་པོ་འབུམ་ཁྲི་ནས་རྒྱལ་པོ་ཐོང་
དཀར་གཤེན་གྱི་རབ་བཅུ་དགུ་དང་། གཤེན་རབ་མི་ཆེ་གདུང་རབས་ཉི་ཤུ་པ་
ཡིན་པར་བསྟན་འདུག །གཤེན་རབ་མི་བོ་ཆེ་འབྲུངས་པའི་རུས་ནི་བོན་ལུགས་
ཡོངས་གྲགས་ལྟར་ན་རུས་རབས་འདིར་ལོ་ངོ་ (16008) གཅིག་གི་རྒྱུ་རྐྱེད་ཐམ་
པ་དང་བརྒྱད་ལོར་འབྲུངས་པར་བཤད། དེར་རབས་ཚན་རིག་གི་རིག་པ་ལ་
བརྟེན་ནས་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པའི་ལོ་རྒྱུས། ཞང་བོད་ལོ་རྒྱུས་ཏི་སའི་འོད་ལས་
གསལ་བ་ལྟར་ན། སྟོན་པ་གཤེན་རབ་མི་བོ་ཆེ་འབྲུངས་པའི་ལོ་ནི་སྤྱི་ལོ་ཉི་མོན་
གྱི་1917པའི་ཤིང་གྱི་ལོར་ཡིན་པར་གསུངས། ཁོང་གིས་རུས་སུ་དར་བའི་གཡུང་
རྩུང་བོན་གྱི་ཚོས་ལུགས་ནི། གདོད་མའི་བོན་གྱི་རྒྱུད་གཞིའི་སྟེང་རུ་ཡུལ་སྤངས་གི་
གནས་ལུགས་ནམས་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཏེ་ཡར་རྒྱས་ཕྱིན་པའི་ཚོས་ལུགས་ཤིག་ཡིན།
དེ་ནི་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་མི་བོ་ཆེས་བསྐྱེད་པ་གསུམ་གྱི་དཔེ་འཛིན་དང་། མོ་བཞི་
མཛོད་ལྷ་ལ་སོགས་གཞུང་ལུགས་བཅུ་མས་ཏེ་འཆད་ཉན་དང་དར་སྤེལ་བཏང་བ་
ཞིག་རེད།

མོ་བཞི་མཛོད་ལྷ་ནི། ཞང་བོད་གནའ་རབས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ནོར་བུའི་མེ་ལོང་
ལས། མོ་བཞི་ནི་དཔོན་གསལ་གྱི་མོ་དང་། ཆབ་ནག་གི་མོ། འཕན་ཡུལ་གྱི་
མོ། ཆབ་དཀར་གྱི་མོ་དང་བཞི་དང་། མཐོ་ཐོག་སྤྱི་རྒྱུག་མཛོད་དང་ལྷ་རུ་བྱས་
ཡོད། དེ་དག་ཀྱང་དཔོན་གསལ་ཞེས་པ་ནི། སེམས་དོན་གནས་ལུགས་ཀྱི་རྟོགས་
པ་གཙོར་བཏོན་ནས་བསྟན་པ་བོན་ཀྱན་གྱི་ཡང་སྟེང་སྟོག་དང་འདྲ་བ་ཞིག་ཡིན།
ཆབ་ནག་ཅེས་པ་ནི། འཕལ་ཕན་སྣ་ཚོགས་སྤྱབ་པའི་ཐབས་ཅི་རིགས་ཡོད་
པ་དང་། དེ་ནི་སྤྱིད་པའི་ལོ་རྒྱུས་སོགས་གཙོར་བཏོན་ནས་བསྟན་པའི་བོན་ཞིག་

ཡིན་སྟབས་ཁྱིམ་པ་ཕོ་མོ་སྤྱད་ཀྱང་། རུན་མོང་དུ་སྤྱོད་ཆོག་པའི་བོན་ཞིག་ཡིན།
 འཕན་ཡུལ་གྱི་སྒྲི་ནི། ཕྱི་ཚུལ་གྱི་བྲིམས་གཙོར་བཏོན་ནས་བསྟན་པའི་བོན་
 ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ཆབ་དཀར་གྱི་སྒྲི་ནི། བསྟན་སྟབས་སྟགས་དང་འབྲེལ་བའི་
 བོན་ཞིག་ཡིན།

མཐོ་ཐོག་མཛོད་ཅེས་པ་ནི། སྒྲི་བཞི་པོ་ཀུན་གྱི་སྤྱིང་དོན་གཅིག་དུ་བསྟུས་པའི་
 བོན་ཞིག་དུ་ངོས་འཛིན་སྟུལ་ཡོད་པ་རེད། ཅེས་གསུངས། ཀོང་ཙོ་འབྲུལ་རྒྱལ་
 དང་བོན་གྱི་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་རྣམས་ཀྱིས་མཛོད་པའི། བོན་ཆོས་རྣམས་རིམ་
 བཞིན་རྒྱ་གར་དང་། རྒྱ་ནག་རྣམས་སྤྱད་ར་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་པར་ལེགས་བཤད་
 རིན་པོ་ཆེའི་གཏེར་མཛོད་སྟགས། བོན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དག་ལས་ཤེས་པར་གྱིས་ཤིག །
 དེ་ལྟ་བུའི་བོན་དེ་དུས་རབས་རིམ་བྱུང་གི་ནང་དུ། འབྲེལ་རྒྱས་བྱུང་ཡོད་ཅིང་།
 ཁྱད་པར་དུ་གནམ་གྱི་བྲི་བདུན་གྱི་རིང་ལ། འདུལ་བའི་ཆོས་དང་གསང་སྟགས་
 དར་ཚུལ། ཉི་སྟོན་ལས། གནམ་གྱི་བྲི་བདུན་ཞེས་བྱ་སྟེ། རྒྱལ་པོ་རེ་ལ་སྟུ་
 སྤྱང་བོན་གཤེན་རིམ་མཛོད་པས་བོན་གཤེན་མངའ་ཐང་ཆེའོ། དེ་དུས་ག་བཅུ་
 ཡ་གོང་ཕམ་ཤི་སྟེ་བཅུན་བཞི། ལྷ་ཁང་མཆོད་རྟེན་དགོན་སྟེ་ཆེན་པོ་རྣམས་
 འབྲེལ་ལོ། ཞེས་དང་། ཡང་། དེ་ཡང་ཡ་གོང་བརྒྱད་པ་ཉེར་ལ། ཕམ་ཤིའི་
 བརྒྱད་པ་སྟུ་ཅུ་འདས་པའི་བར་དུ་འདུལ་བསྟན་དར་ཞིང་རྒྱས་སོ། ཞེས་དང་།
 ཡང་། དེའི་དུས་སུ་བསམ་སྤྱོད་བོན་ལ་བྱེད། ལས་སྤྱོད་ཚུལ་བྲིམས་ལ་གནས།
 རྣམ་དག་འབྱམ་གྱི་སྒྲིར། སྤྱིས་སྟོག་འདོན་གསུམ་བྱེད། བར་ཆད་སྟུ་ཆུང་དང་
 མཆོད་གཏོར་གྱིས་སེལ། དགེ་སྤྱོད་ཕ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་བཅུ་ལ་སྤྱོད། ཞེས་གསལ་
 བ་འདི་དག་ནི་བོན་ལུགས་ཀྱི་འདུལ་བ་འཛིན་པའི་སྟེ་དང་བརྒྱད་རིམ་ཙམ་ཡིན་
 ལ། གཞུང་ལུགས་འདི་དག་ནི་བོན་སྒྲིར་ཐོག་མར་ཞུགས་པའི་གང་ཟག་ལས་དང་
 པོ་བ་རྣམས་སེམས་ཀྱི་བྱིར་སོ། ལུས་ཀྱི་སྤྱོད་ལམ། དག་གི་བཟླས་བཛོད་སྟགས་
 ཀྱི་ཆོད་གཞི་སྟོན་པའི་བྲིམས་ཡིག་ཅིག་ཡིན་པ་ངས་ཀྱང་། འདིར་འདུལ་བ་ཞེས་
 པའི་མིང་ཙམ་མཚུངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས། སྟོན་པ་སངས་རྒྱུ་ཤུག་བྱུང་བའི་
 བཀའ་ཡིས་བཅད་པའི་འདུལ་བ་དང་ནང་དོན་གཅིག་མིན་པ་ཤེས་དགོས།

གསང་སྤགས་ཀྱི་སྐོར་ལ། སྤྱ་རྒྱལ་གདུང་རབས་གཉིས་པ་ལུ་བྱི་བཅན་པོས་གཤེན་ནམ་མཁའ་སྤང་བའི་མདོག་ཅན་ལ། ཁྱོ་བོ་དབང་ཆེན་གྱི་རྒྱུད་གཞུང་ཆ་ཆོང་ཞུས་ནས། ལྷ་རི་གུང་རྟོ་ལ་བསྐྱབ་པ་མཐར་ཕྱིན་གནང་ཡོད་པ་དང་། གཞན་ཡང་སྐབས་དེར་ཞང་ཞུང་གི་ཡུལ་ནས། མཁས་པ་ཆེན་པོ་བརྒྱ་ཙུ་བརྒྱད་གདན་དྲངས་ནས། བོད་རྒྱ་བོན་གྱི་འདུ་གནས་ཆེན་པོ་སྤམ་རྩ་ཙུ་བརྒྱད་བཅུགས་ཡོད་པ་དེ་དག་གང་དང་གང་ལ་ཡོད་པ། ཁྱོ་བོས་བྲིས་པའི་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་དོན་པ་རྒྱ་གཤི་ལྟེ་མིག་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

འདུ་གནས་ཆེན་པོ་དེ་དག་སྦྱང་བའི་བོན་གྱི་གཤེན་པོ་གྲགས་པ་ཅན་རྒྱལ་རྩ་ཙུ་བརྒྱད་བྱང་ཡོད་པ་ནི། གྲུབ་པ་ཐོབ་པའི་གཤེན་དགུ་མཁས་པ་མི་དགུ། མཐུ་བོ་ཆེ་མི་དགུ། བོན་ཆེན་བཞི་བཅུ་རྣམས་སོ། །དེ་ལས་དང་པོ་གྲུབ་པ་ཐོབ་པའི་གཤེན་དགུ་ནི། ༡ ལུ་བྱི་བཅན་པོ། ༢ ཏ་ར་ཅི་པ། ༣ སྤར་མེར་ལེ་མིར། ༤ ལ་རུ་འབྲག་ཐག་༥ སང་ནེ་ག་༦ ཟིངས་པ་མཐུ་ཆེན། ༧ སྤེ་བོན་ཐོགས་འབྲུལ། ༨ སྤེ་བོན་ཐོག་ཆེ། ༩ ཐང་མི་ཐང་གེ་བཅས་སོ། །

མཁས་པ་མི་དགུ་ནི། ༡ རྒྱུད་ལུང་མན་ངག་ལ་མཁས་པ་སེ་ཤ་རི། ༢ སྤགས་ཀྱི་གབ་གསང་ལ་མཁས་པ་ལྟེ་གྱིམ་ཆོ། ༣ ཆོགས་སུ་བཅད་པའི་མདོ་སྤེ་ལ་མཁས་པ་མི་ཉག་མཁར་བུ། ༤ འབྲུམ་གྱི་འགྲེལ་རྒྱུང་ལ་མཁས་པ་མཐའ་བཞི་བུམ་བུ་རྒྱུང་། ༥ རིགས་བསྐྱེ་ལ་མཁས་པ་སྤེ་བོན་གཏོ་རྒྱལ། ༦ དཀྱིལ་འཁོར་ཕྱི་ནང་གསང་གསུམ་ལ་མཁས་པ་རྒྱ་བོན་འབྲི་ཐང་སྤེ་པ། ༧ སྤེ་སྤྱད་བྱེ་བྲག་ལ་མཁས་པ་དཔུ་གཤེན་ཏིང་མེར། ༨ སྤེ་བསྐྱེའི་དོན་ལ་མཁས་པ་འགྲོ་མགོན་ལྷ་དཔལ་རྒྱ་རིང་། ༩ ལྷ་སྐོམ་སྤྱད་པ་ལ་མཁས་པ་ཁུང་པོ་གྱེར་ཁྲ་མེད་རྣམས་སོ། །

མཐུ་བོ་ཆེ་མི་དགུ་ནི། ༡ གངས་རི་སོར་མོས་འདེགས་པའི་ལི་བོན་ལུ་ཆོ། ༢ ཆེ་ཤང་རང་རྒྱུད་བྱེད་པའི་གཙོ་གྱིམ་བུ་ལན་ཆོ། ༣ གནམ་ས་གོ་ལོག་རྒྱས་པའི་རྒྱ་བོན་ལུ་ཆོ། ༤ རྒྱ་མཆོ་བལ་འདབ་ལ་སྤྱར་བའི་སུམ་པ་ལུ་ལུ། ༥ ཏས་པོ་རི་མེའི་ཞགས་པས་བཅིངས་པའི་ཁུ་བོན་མཐོངས་གྲགས། ༦ བདུད་སྤྱིན་དངོས་སུ་བཀྲག་པའི་ཞང་ཞུང་ལུ་ཆོ། ༧ ཡར་ཆབ་གྱེན་དུ་བསྐྱོག་པའི་ལྷང་ཆོ་འཕེན་སྤང་། ༨ རི་

རབ་མཛུབ་མོས་གསོར་བའི་འངར་བོན་འཕེན་སྤང་། ༡ གྱི་གཙང་གོམས་པས་
འངར་བའི་ཆ་བོན་ཐུགས་དཀར་བཅས་སོ། །

བོན་ཆེན་བཞི་བརྒྱ་ཙུག་གཉིས་ནི། རྒྱལ་གྱི་སྤྱི་འཛོལ་བའི་གཤེན་བརྒྱ། སྤོན་གྱི་
གྲོས་འཛོལ་བའི་གཤེན་བརྒྱ། རྒྱ་བོད་གྱི་མཐའ་སྤྱང་བའི་གཤེན་བརྒྱ། སུམ་པ་
སྤྱོད་སྤེའི་སྤྱད་ན་སྤྱང་བའི་གཤེན་བརྒྱ། བཀྲ་ཤིས་གཡང་ལེན་རྩ་སྤྱད་གཉིས་ཏེ་
བཞི་བརྒྱ་ཞེ་གཉིས་སོ། ཞེས་པ་འདི་དག་ནི་གནམ་གྱི་ཁྲི་བདུན་ཡན་གྱི་དུས་སུ་
བོད་དུ་བོན་ཆོས་དར་བ་ཙམ་མ་བཟད། མདོ་ཐུགས་གཉིས་གྱི་སྤྱབ་པ་ཉམས་ལེན་
ཆོད་ལྷན་ཡོད་པ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་མཁས་པ་གྲུབ་པ་མང་པོ་བྱུང་ཡོད་
པའི་ལོ་རྒྱུས་གྱི་ས་བོན་ཙམ་སོ། དེ་ལྟར་བོན་སྤེལ་ཆོས་སྤྱི་ཆོགས་ནང་སྤྲོན་གྲགས་
ཆེན་པོ་ཆགས་པ་མ་བཟད་གྲུས་བཀྲར་ཆེན་པོ་ཐོབ་སྤྲུབས། བོན་གྱི་སྤྱི་གཤེན་
ནམས་དབང་ཐུགས་ཆེ་དུགས་ནས་རྒྱལ་སྤྱི་ལ་རྒྱས་གཏོགས་བྱས་པའི་སྤོན་གྱིས།
རྒྱལ་པོ་གྱི་བྱམ་བཅན་པོས། སྤྱི་གཤེན་ནམས་གསོན་དང་། ངའི་རྒྱལ་སྤྱི་
དང་། ཁྱོད་གྱི་བོན་སྤྱི་གཉིས་ཙམ་མངའ་རིས་འདི་རུ་མི་ཤོང་བ་འདྲ་བས། ལྷ་
བོན་སྤོ་བཞི་དང་། གེ་ཁོད་ཐིས་འཕེན་དང་། གཙོ་གྱི་མ་བུ་ལན་ཆ་ནམས་
བདག་གི་སྤྱི་སྤྱང་དུ་བཞག་འཛུལ། ཕྱི་མ་ནམས་བོད་དུ་བཞི་ལས་འདས་པར་
གཤེགས་ཤིག ཅིས་བཀའ་གནང་བ་དང་། དེ་ནས་གཤེན་པོ་ཕྱི་མ་ནམས།
ལ་ལ་གཡང་རི་གངས་བྲག་ལ་གཤེགས། ལ་ལ་ནགས་ཁྲོད་དང་མཆོ་མདོ་ལ་
གཤེགས། ལ་ལ་བྱང་གི་ཕྱ་ངམ་ལ་དམུ་ཡད་རང་བབས་སུ་བསྐྱབས་ནས་
བཞུགས། ལ་ལ་ནི་སྤོ་བལ་མོན་གྱི་ཡུལ་དུ་བསྐྱབ་པ་འཛུགས་པར་དགོངས་ནས་
གཙང་སྤྱོད་བྱེ་མ་མཁར་ནས་ཆས་ཏེ་གཤེགས་སོ། ། ཞེས་གསལ། རྒྱལ་པོ་དེར་
རྒྱལ་པོ་གྱི་བྱམ་བཅན་པོས་བོན་གྱི་སྤྱི་གཤེན་ཕྱི་མ་ནམས་སུ་ཅིང་སྤྱི་ཆོགས་ཐོག་
བོན་གྱི་དབང་ཐུགས་ཉམས་དམས་པའི་ཆོད་དུ། ལྷག་གཟིག་གི་ཆོས་ལུགས་བོད་
དུ་བསྐྱར་ནས་འཆད་ཉན་དང་དར་སྤེལ་བྱས་ཡོད་པ་ 《ཆོས་འབྱུང་མཁས་པའི་
དགའ་སྤྱོད་》ལས།

དེ་ཆོ་རྒྱ་གར་ཡུལ་སྤྲུག་གཟིག་མཆོམས། །

གྲར་མ་ཏ་ཞེས་པའི་ཡུལ་ཁམས་ནས། །
 ལུ་སྟེགས་བོན་པོ་འཁྱེས་པ་བྱུང་། །
 གནམ་ལ་འཕུར་ཞིང་ཁ་ནས་མངོན་ཤིས་སྟེ། །
 ཤིང་ལ་འབྱེང་འདྲ་རྩོལ་ལྷ་གཟུགས་འདྲལ། །
 རྟག་རྒྱ་ཤ་ཆང་གིས་ནི་འདྲེ་མཆོད་བྱེད། །
 དེ་ལ་རྒྱལ་པོས་སྤྲེལ་མཆོད་བཀྲར་བསྟེ་མཛོད།

ཅེས་སྟགས་གསལ་བ་ལྟར་རོ། །སྤྱི་ལོ་གྲང་རྒྱལ་གྱི་རིང་ལ་སྤྲར་ཡང་གཡུང་
 རྒྱུང་བོན་བསྟན་དར་བར་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ། ཞང་ཞུང་ཡུལ་ནས་བོན་གཤེན་བརྒྱ་
 ཚ་གདན་བྱངས། སྤར་ས་རྩོལ་བྱག་སྟགས་ལ་སྤྲས་པའི་རྟེན་གསུམ་རྣམས་སྤྲར་
 བཏོན་པ་ལ་གཏེར་མ་ཞེས་པའི་ཐ་སྟངས་ཆགས། དེ་དག་འཆད་ཉན་གྱི་རྒྱུན་སྟེལ་
 བ་དང་རྟན་རྒྱ་སྟག་གཟིག་ཡུལ་ནས། བསྐྱར་བའི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་གཞུང་རྣམས་
 གྲང་འདྲེས་ནས་བྱུང་ཡོད་པ་རེད།

རྒྱལ་ལྟེ་བརྒྱུད་དེ་སྤྱི་ལོ་མན་ཆད་ནས་རྒྱལ་རབས་བརྒྱ་གསུམ་ལ་བོན་སྟེ་གང་
 དར་ཞེ་ན། བྱམས་མ་ ལས། བར་གྱི་གདུང་རྒྱུད་བརྒྱ་གསུམ་གྱི་བོན་དར་ཏེ།
 ས་རྒྱུད་ལུང་ཆེན། ལྷ་བ་རྫོགས་ཆེན། བྱང་སེམས་ཐེག་ཆེན། གསལ་མཁས་
 རྒྱུད་ཆེན། ཀྲན་གསལ་བྱམས་ཆེན། འབུམ་ཁོག་དབང་ཆེན། རྩེ་འདུས་ཁོག་
 ཆེན། རྩེ་ལྷ་མདོ་ཆེན། གསང་ལུང་དབང་ཆེན། རྒྱས་པ་འབུམ་ཆེན། རྩེ་བཞི་
 གཟུང་ཆེན། རིག་པའི་གནས་ཆེན། བོན་ཐེག་པ་རིམ་དགུ་ལ་སྦྱོད། ཅེས་རྒྱལ་
 རབས་དེ་དག་གི་རྣམས་སྟེ། བོན་ཚོས་གང་དང་གང་དར་ཡོད་པ་བསྟན་ཡོད་པ་
 རེད། རྒྱལ་པོ་ཐོ་རི་ལུང་བཅན་ཡན་ཆད་བར་གྱི་བཅན་ལཱའི་རིང་ལ་གཡུང་རྒྱུང་
 བོན་གྱི་བསྟན་པ་ཉི་མ་ཤར། མཁས་པའི་ལོ་ཤར་གྱི་འོད་ཟེར་བཀྲེས། འདུལ་བྱ་
 འགྲོ་བའི་སྒོ་ལྷན་གསལ་བས་འཛམ་བུ་སྤྱིར་གྱི་རྒྱུན་ཆེན་པོ་རྒྱལ་ཅེས་བྱ་བ། རྟག་
 གཟིག་གི་མཁས་པ་དམུ་ཙ་ཏ་རྟེ་པེ་ནི་རིག་གནས་ལྷ་ཀ་ལ་མཁས། རྒྱ་གར་གྱི་
 མཁས་པ་ལྷ་བདག་སྟགས་རྩོ་ནི་ནང་རིག་པ་ལ་མཁས། རྒྱ་ནག་གི་མཁས་པ་
 ལེགས་བཏང་ཆང་པོ་ནི་སྤྱི་རིག་པ་ལ་མཁས། ཁྲོམ་གྱི་མཁས་པ་གསེར་ཐོག་

འབྲུམ་ནི་གསོ་བ་རིག་པ་ལ་མཁས། ཞང་ཁྱུང་གི་མཁས་པ་ཙེ་མིན་གྱིས་རྒྱུང་ནི་
སྤྱི་རིག་པ་ལ་མཁས། བོད་དང་མི་ཉག་གི་མཁས་པ་ནམ་ར་ཙེ་སྤྱི་ནི་སྤྱི་པའི་
རྒྱུང་ལ་མཁས། ཞེས་རྒྱལ་པོ་ལྷ་ཚོ་ཚོ་རི་ཡན་ལ་བོད་བྱ་བོན་ཆོས་དང་རིག་
གནས་གང་དར་ཡོད་པ་དང་། མཁས་པ་སྤྱི་དང་སྤྱི་བྱུང་ཡོད་པའི་སྒྲོར་མདོར་
ཅམ་བསྟན་རྟོ། །

རྒྱལ་པོ་ཁྱི་གཉན་གཟུང་བཅན་ནས་གནམ་རི་སྤྱོད་བཅན་བར་རྒྱལ་པོ་དེ་
བཞིའི་རིང་ལ་བོན་བཀྱར་བསྟི་ཤིན་རུ་ཆེ་ཞིང་། ཆབ་སྤྱིད་རྒྱས་པས་སྤྱན་སྤྱུ་
ཆོགས་པའི་བོན་རྒྱལ་བཞི་ཟེར། རྒྱལ་པོ་སྤྱོད་བཅན་སྤྱུ་པའི་སྤྱབས་སྤྱ་ནང་པ་
སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ལུགས་བོད་ལ་དར་བའི་འགོ་ཆོགས་ཀྱང་། དེ་ནས་རུས་
རབས་བརྟན་པ་ཁྱི་སྤྱོད་ལྟེ་བཅན་གྱི་བར་རུ་ཆོས་བོན་ལྟན་རུ་དར་ཞིང་། སྤྱིད་
སྤྱོགས་ནས་བོན་ལུགས་ཆེ་བར་མཐོང་སྟེ། ཁྱི་སྤྱོད་ལྟེ་བཅན་གྱི་བར་སྤྱི་གཤེན་
ཐམས་ཅད་བོན་གྱིས་བྱས་ཡོད་པར་གསལ་བར། རྒྱལ་པོ་སྤྱོད་བཅན་སྤྱུ་པའི་
སྤྱི་གཤེན་ཞང་ཁྱུང་ར་རིང་དང་། བྱང་རི་བྱང་བཅན་གྱི་སྤྱི་གཤེན་ཞང་ཁྱུང་བྱང་
སྤྱུ་མང་། མང་སྤྱོད་མང་བཅན་གྱི་སྤྱི་གཤེན་བྱང་པོ་སྤྱི་གྲུ། འདུས་སྤྱོད་མང་རྩེ་
སྤྱི་གཤེན་སྟེ་ནི་གྲུ། མེས་ཨོག་ཆོས་གྱི་སྤྱི་གཤེན་ཡང་སྟེ་ནི་གྲུ། ཁྱི་སྤྱོད་ལྟེ་
བཅན་གྱི་སྤྱི་གཤེན་ཆེ་ཤོད་ཀྱས་བཅས་བྱུང་འདུག་པ་འདི་ཡིས་ཤེས་བྱུ། ཆང་
མས་མཐུན་གསལ་ལྟར་རྒྱལ་པོ་ཁྱི་སྤྱོད་ལྟེ་བཅན་གྱིས་ཆོས་ལ་དགའ་བའི་སྤྱོན་པོ་
ནམས་དང་ལྟན་རུ་བོན་ཆོས་གྱི་རིག་གཞུང་ནམས་མེ་ལ་བསྟེན་པ་དང་། རྒྱལ་
བཟབ་པ། འགའ་ཞིག་བསམ་ཡས་སྤྱི་ས་འོག་རུ་སྤྱུས་ཏེ་དེའི་སྤྱོད་རུ་མཆོད་རྟེན་
ནག་པོ་ཞིག་བཞེངས་པ་དང་། བོད་མི་མང་ཆེ་བ་དགའ་བའི་བོན་གྱི་གཏོ་མདོས་
སོགས་རིག་གཞུང་དང་། སྤྱན་རྩིས་སོགས་རིག་གནས་ནམས་ནང་ཆོས་ལྟར་
བཅོས་ནས་བེད་སྤྱོད་བྱས་པ་དང་། བོན་ཆོས་བྱེད་མཁན་ནམས་ས་མཐར་སྤྱད་
པ་ལ་སོགས་ལོ་རྒྱས་ཡོངས་གྲགས་ལྟར་རོ། འོན་ཀྱང་སྤྱབས་དེར་བོན་ཆོས་རྩ་
མེད་བྱེད་བྱུ་མེད་པ་མ་ཟད། དེ་ནས་བཟུང་བོན་ཆོས་ནང་རུ་ནང་ཆོས་འདྲེས་
པ་དང་། ནང་ཆོས་ནང་རུ་བོན་ཆོས་འདྲེས་ཤིང་བན་བོན་གཉིས་པོ་ཕན་ཚུན་

འདྲ་འདྲེས་ཀྱི་སྒོ་ནས། རྩོགས་གཉིས་ཀའི་འཆད་ཉན་གྱི་རྒྱན་ད་ལྟའི་བར་དུ་མ་
 ཉམས་པར་བྱང་འདུག །ནང་ཚོས་སྤྱོད་པ་ནམས་ཀྱིས་བོན་ལ་དམའ་འབེབས་བྱས་
 པའི་རྒྱན་གྱིས་དེར་དུས་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དུ་བོན་ལ་ངན་སྤྱོད་དང་མཐོང་རྒྱུ་
 བྱེད་སྒོལ་དེ་ཤྱགས་ཆེན་པོ་ཞིག་ནས་ཡོད་པ་འདྲི་རེད། འོན་ཀྱང་སྒོ་གཟུ་བོར་
 གནས་པ་ཞིག་གིས་བལྟས་ན་བོན་ཚོས་དང་ནང་ཚོས་བར་ལ་བཟང་ངན་གྱི་དབྱེ་
 བ་དངོས་གནས་གང་ཡོད་བཤད་དཀའ་བར་སྒྲུང་། ཞིབ་དུ་བརྟགས་ན་བན་
 བོན་གཉིས་ཀ་ལ་སྒྱུན་ཡོན་གང་ཡོད་པ་དེ་ཡོད་ན་ཡོད་མཉམ་དང་། མེད་ན་
 མེད་མཉམ་རེད་འདུག་པ་ནི། བོན་དང་ནང་ཚོས་ཀྱི་ལྟ་སྒོམ་སྒྱུད་པའི་གཞུང་
 དག་ལ་ཞིབ་དུ་བལྟས་ན་གསལ། རྒྱལ་པོ་བྲི་སྒྲོང་ལྷེ་བཙན་སྐབས་སུ་བོན་ཚོས་
 གནས་སྐབས་ཅམ་བསྐྱབས་ཀྱང་། གནའ་བོའི་བོན་གྱི་དཔེ་རྟིང་དང་གནའ་རྟེན་
 རྣམས་གཏོར་བཤེག་ཆབས་ཆེན་ཐེབས་པ་ཅམ་ལས། བོན་ལུགས་མཐུད་ནས་
 གནས་སྐབས་པར་བྱང་བ་རེད། རྒྱལ་པོ་བྲི་སྒྲོང་ལྷེ་བཙན་སྐབས་ཀྱི་གསེགས་ནས་ད་ལྟའི་
 བར་བོན་གྱི་ཚོས་རྒྱུད་དང་། སྤྱོད་བརྒྱུད་གཉིས་ཀ་མ་ཆད་པར་དར་སྒྲེལ་བྱང་ཞིང་།
 དེར་སྐབས་བོད་ལྷལ་སྟོད་སྟོད་བར་གསུམ་དུ། བོན་དགོན་བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོ་
 གནས་ཡོད་པ་དང་། བོན་ཚོས་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་བོད་མི་འདུམ་ཚོ་མང་པོ་
 ཡོད་པ་རེད།

ས་བཅད་གཉིས་པ། ནང་པའི་ཚོས་ལུགས་བཤད་པ།

གཅིག །ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་མཚན་གཞི།

སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་སྒོལ་གཏོད་པ་པོ་ནི་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་བཙུགས་ལྟན་
 འདས་ཡིན་ཞིང་། ཁོང་ནི་སྤྱི་ལོའི་སྟོན་གྱི་༤༢༥པའི་མེ་ཆེལ་ལོར་སྐུ་འཁྲུངས།
 དཔྱང་ལོ་ཉེར་དྲུག་བཞིས་པའི་ཤིང་གི། སྤྱི་སྟོན་ལོ་༡༧ལོར་རབ་དུ་བྱུང་སྟེ་རྒྱ་བོ་ནི་
 རྒྱ་ནའི་འགམ་དུ་ལོ་དྲུག་བཀའ་ཐུབ་སྐུད་ནས་བཞུགས། དཔྱང་ལོ་ལོ་ལྔ་བཞིས་
 པའི་ལྷགས་ན་སྤྱི་སྟོན་ལོ་༡༧ལོར་སངས་རྒྱས་པ་ནས་བཟུང་། ཁོང་རང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་
 བ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་གདུལ་བའི་ངོ་སྤྲུལ་དང་བསྐྱུན་ནས་གསུང་པའི་

ཆོས་དེ་དག་ལ་ནང་པ་སངས་རྒྱུ་པའི་ཆོས་ཟེར། དེ་ལྟར་ན་ནང་པ་སངས་རྒྱུ་པའི་ཆོས་ལྟགས་ནི་མུ་སྟེགས་ཀྱི་རིག་གཞུང་གི་མང་གཞིའི་སྟངས་བྱང་ནས་རང་གི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལྟ་བ་ཆགས་པའི་ཆོས་ལྟགས་ཤིག་ཡིན་པར་སྒྲིམ་མ་དགོས་པ་རེད། འོན་ཀྱང་འདི་ལྟར་སྒྲིམ་ན་ཆོས་པ་ཆོས་དམོན་པོར་སྟོན་ཀྱང་། དེ་གད་ལ་དམ་པའི་ཆོས་ལ་དྲང་ངེས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཡོད་ཚུལ་གསལ་པོ་ཞིག་གོ་བར་སྟོན་ན་ཁས་ལེན་གནང་སྟོན་ཀྱི་རེད། ངེས་དོན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱུ་པའི་བསྐལ་། པ་མང་པོའི་གོང་རོལ་ནས་སངས་རྒྱུ་པའི་ཆོས་ཀྱང་། སྟེགས་དུས་ཀྱི་གདུལ་བྱ་ལ་དགོངས་ནས་བསམ་བཞིན་དུ་སྟེ་བར་བཞེས་པ་ཐིག་ཆེན་གྱི་གཞུང་ལྟགས་དག་དུ་གསུངས་པ་བཞིན་ཁོ་པོས་ཀྱང་ཁས་ལེན་གྱིན་ཡོད། འོན་ཀྱང་རང་རེ་སོ་སྟེ་རྣམས་ཀྱི་རོལ་སྟོན་པ་ཤྱག་ཐུབ་པ་དེ་རྒྱལ་པོ་ཟས་གཙང་མའི་སྒྲིམ་སྒྲུ་འབྲངས་ཤིང་ཐོས་བསམ་གནང་ཚུལ་དང་། རྒྱལ་སྟོན་བཞེས་ཚུལ། འཁོར་བ་ལ་ངེས་འབྱུང་སྟེས་ཚུལ། བྱིས་ནས་བྱིས་མེད་པར་རབ་དུ་བྱུང་ཚུལ་སོགས་ནི་འཇིག་རྟེན་པའི་སྤང་ངོར་འཇིག་རྟེན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་མཐུན་པ་ཞིག་གནང་ཡོད་པ་ཀྱན་གྱིས་མཁྱེན་གསལ་ལྟར་རེད།

དེ་ལྟར་ན་སྟོན་པ་ཤྱག་ཐུབ་པ་ཐོག་མར་སྒྲུ་གཞོན་ཅུའི་དུས་སུ་རིག་པའི་གནས་མཐའ་དག་ལ་མཁས་པར་སྦྱངས་པ་དེ་དག་ནི་སྐབས་དེར་རྒྱ་གར་ན་དར་སྟོལ་ཆེ་བའི་མུ་སྟེགས་ཀྱི་རིག་གཞུང་དག་ཡིན་པ་སྒྲིམ་མི་དགོས། བྱིས་ནས་བྱིས་མེད་པར་རབ་དུ་བྱུང་བའི་རྒྱུ་ཡང་སྒྲུ་ཆལ་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་བྱ་རིང་འཕྱར་དང་། རྒྱལ་པོའི་ཁབ་དུ། རངས་བྱེད་ཀྱི་བྱ་ལྟག་སྟོན་གཉིས་ལས་བསམ་གཏན་གྱིས་གདམས་ངག་ཁྱུས་ཏེ། ཆུ་བོ་ནི་རྩེ་ནའི་འགམ་དུ་ལོ་དུག་དུ་དཀའ་སྦྱང་གྱིས་བསྐྱེམས་ཀྱང་སངས་རྒྱུ་པའི་འབྲས་བུ་མ་ཐོབ་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ། ངར་འཇིན་སྤངས་ཤིང་། བདག་མེད་པའི་དོན་མ་རྟོགས་ན་དཀའ་སྦྱང་ཁོ་ནར་སྟོན་ཀྱང་མཐའ་ཐུག་གི་འབྲས་བུ་མི་འཐོབ་པར་བསྐྱན་པར། ཟབ་ཞི་སྒྲིམ་བྲལ་འོད་གསལ་འདུས་མ་བྱས། །བདུད་ཅི་ལྟ་བུའི་ཆོས་ཤིག་ཁོ་པོས་རྟོན། སུ་ལ་བསྐྱན་ཀྱང་གོ་བ་མི་འདུག་པས། མི་སྒྲིམ་ནགས་འདབ་ཉིད་དུ་གནས་པར་བྱ། ཞེས་སེམས་ཀྱི་

རོ་བོ་རྟོགས་ན་སངས་རྒྱས་པ་ལ་དཀའ་ངལ་མེད་པ་དང་། སེམས་རོ་མ་རྟོགས་
 པའི་དཀའ་སྤྱད་དེ་མུ་སྟེགས་ལུགས་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་གནང་སྟེ། མུ་སྟེགས་
 པའི་གཞུང་ལུགས་མཐའ་དག་ལས་ཆེས་ཁྱད་པར་འཕགས་པའི་སྟོན་པ་ཤུག་ཐུབ་
 པ་རང་ཉིད་ཀྱི། རང་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བ་གསར་དུ་རྟོན་པ་དེ་ལ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་
 པའི་གྲུབ་མཐའ་ཟེར། དེས་ན་ནང་པའི་གྲུབ་མཐའ་ནི་མུ་སྟེགས་ཀྱི་ལྟ་བའི་མང་
 གཞིའི་ཐོག་ཏུ་ཡར་རྒྱས་བྱུང་བའི་གྲུབ་མཐའ་ཡིན་པ་ནི་བཤད་མི་དགོས་པ་ཞིག་
 རེད། དེ་ལྟ་སངས་རྒྱས་བཙུག་ལྟ་འདས་ཀྱིས་གསུངས་པའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་
 པའི་ལྟ་བ་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིང་པོ་མདོར་བསྟུས་ན། ལྟ་བ་བཀའ་རྟགས་ཀྱི་ཐུག་
 རྒྱ་བཞི་དང་། བདེན་པ་བཞིའི་ཆོས་རྣམས་ཡིན་ལ། དེའི་རོ་བོ་གང་ཞིན།
 བཀའ་འགྱུར་དཀར་ཆག་ལྷེ་འོད་གཞོན་ཅུའི་འཁྲི་ཤིང་ལས། ཇི་སྐད་དུ། རྒྱལ་
 བསྐལ་དག་ནི་ཐམས་ཅད་དང་། སྤྱི་བ་ཀུན་སེལ་བྱེད་དམ་པའི་ཆོས། ཞེས་པ་
 ལྟར། གང་ལ་ཚུལ་བཞིན་དམིགས་ན་ལུས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྤྱི་བ་པ་ཟད་པའི་
 ཐབས་སུ་གྱུར་པའི་རྣམ་དཀར་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཞིག་སྟེ། འགོག་ལམ་གྱིས་བསྟུས་པའི་
 ཟག་མེད་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་དང་། ཚད་ལྡན་ཀྱི་བཀའ་བསྟན་བཙུག་ལྟ་ལྟ་ཡིན་ཞིང་
 དེའང་སྤུ་མ་ནི་བརྟོག་བྱ་དང་། སྤུ་མ་ནི་རྟོག་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་གྱིས་སོ། ཞེས་གསུངས་
 པ་ལྟར་རོ། དམ་པའི་ཆོས་ཞེས་པ་གང་ཞིན། 《ཤེས་བྱ་ཀུན་ཁྱབ་》ལས། རོ་བོ་
 སྤྱི་བ་པའི་གཉེན་པོ་རྣམ་དཀར་ཕྱོགས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཆོས་ཀྱི་རོ་བོ་ནི་
 སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྤྱི་བ་པ་སྟེ། ཆོ་སྤྱི་མ་ལ་གནོད་པའི་སྤྱི་བ་པ་དང་སྤྱི་བ་པ།
 ཆོ་འདིར་མདོན་སུམ་དུ་མྱོང་བའི་རྒྱལ་བསྐལ་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་གཉེན་པོར་གྱུར་པ་སྟེ།
 རྒྱལ་བསྐལ་ཞི་བའི་ཐབས་དམ་པ། རྣམ་དཀར་དགེ་བའི་ཕྱོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་
 གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་དམ་པའི་ཆོས་ཞེས་ཟེར་རྟེ། རྒྱལ་བསྐལ་དག་ནི་ཐམས་ཅད་
 དང་། སྤྱི་བ་ཀུན་སེལ་བྱེད་དམ་པའི་ཆོས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། འོ་ན་དེ་
 ལྟ་བུའི་ཆོས་ཀྱི་མཆོན་གཞི་གང་ཞིན། འགོག་ལམ་གྱིས་བསྟུས་པའི་ཟག་མེད་ཀྱི་
 ཆོས་རྣམས་དང་། ཚད་ལྡན་ཀྱི་བཀའ་དང་བསྟན་བཙུག་ལྟ་ལྟ་ཡིན། དེ་ཡང་
 འགོག་ལམ་གྱིས་བསྟུས་པའི་ཆོས་ཞེས་པ་ནི། ལམ་དུ་ཞུགས་པའི་གང་ཟག་གི་

ཐུགས་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་རྟོགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཞིག་སྟེ། དེར་རྩལ་ཁ་སྐད་ལྟར་ན་
བསམ་སྒྲུབ་ལོ་ལོ་རྟོག་ཟེར། དེ་ནི་བརྗོད་བྱའི་དོན་ཡིན། བཀའ་དང་བསྟན་
བཅས་ནམས་ནི་རྗོད་ཀྱི་ཐབས་སམ་ཡི་གེ་ཡིན།།

ཆོས་ཞེས་པའི་ངེས་ཆོག་ནི། ལེགས་སྒྱུར་གྱི་སྐད་རྩ་རྣམས་པ་དེ། བོད་
སྐད་རྩ་བསྒྱུར་ན་འཛིན་པ་ལ་སོགས་དོན་བརྩུ་ལ་འཇུག་པ་ཞིག་ཡིན་སྟེ། ཆོས་ནི་
ཤེས་བྱ་ལམ་དང་ནི། ཟུང་ན་འདས་དང་ཡིད་ཀྱི་ཡུལ། བསོད་ནམས་ཆེ་དང་
གསུང་རབ་དང་། འབྱུང་འབྱུར་ངེས་དང་ཆོས་ལུགས་ལའོ། ཞེས་གསུངས་པ་
ལྟར་རོ། །འདིར་སྐབས་ཐོབ་ཀྱི་ཆོས་ཞེས་པའི་གོ་བ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་འགོག་
ལམ་གྱིས་བསྟུས་པའི་ཆོས་དེ་དག་ཡིན་ལ། དེ་ནི་དམ་པའི་སྒྲིམ་བྱའི་སྦྱོད་ཡུལ་
ཡིན་པས་ན་དམ་པའི་ཆོས་ཞེས་ཟེར། བརྗོད་བྱ་རྟོགས་པའི་ཆོས་ཞེས་པ་དེ་ལ་
ཡང་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། འགོག་བདེན་དང་། ལམ་བདེན་གཉིས་ཡོད་པ་རེད། དེ་
ཡང་འགོག་བདེན་ཞེས་པ་ནི་ཐོབ་བྱའི་འབྲས་བྱ་དང་། ལམ་བདེན་ནི་འབྲས་བྱ་
དེ་ཉིད་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་སམ་གཉེན་པོའི་བདེན་པ་དེ་ལ་ཟེར། 《རྒྱུད་སྒྲ་མ་》
ལས།

བསམ་མེད་གཉིས་མེད་རྟོག་མེད་པ། །
དག་གསལ་གཉེན་པོའི་སྦྱོགས་ཉིད་ཀྱིས། །
གང་ཞིག་གང་གིས་ཆགས་བྲལ་བ། །
བདེན་གཉིས་མཚན་ཉིད་ཅན་དེ་ཆོས།

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། དེ་ཡང་བསམ་མེད་ཅེས་པ། རྣམ་རྟོག་གིས་མ་བརྟག་
ཅིང་སོ་སྟེ། རི་བརྗོད་ཡུལ་ལས་འདས་པས་འཕགས་པ་ཁོ་ནས་མཁྱེན་པས་བསམ་
རྩ་མེད་པ་དང་། གཉིས་མེད་ཅེས་པ། ཆོས་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་ཞི་བ་ཡིན་པའི་
ཕྱིར་གཉིས་སུ་མེད་པ་དང་། རྟོག་མེད་ཅེས་པ། གཟུང་འཛིན་གྱི་སྦྱོས་པ་མེད་
པས་རྟོག་པ་མེད་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་མཚན་ཉིད་གསུམ་ལྟན། འཕགས་བཞིའི་ཐུགས་
རྒྱུད་ཀྱི་གཉེན་པོས་སྤངས་བྱ་སྤངས་པ་གང་ཞིག །ཆགས་པ་བྲལ་བ་དོན་དམ་
བདེན་པའི་རོ་བོ་རྟོགས་པའི་སྦྱོབས་ཀྱིས་ཐོབ་པ་དེ་ནི་འགོག་བདེན་ཡིན། དག་

གསལ་གཉེན་པོའི་སྤྱོད་པ་ཞེས་པ། དཔེ་ཉི་མའི་དཀྱིལ་ལའོར་དེ་ཉིད་རང་བཞིན་གྱིས་དག་པ་ཡིན་པ་དང་། འོད་གསལ་བ་ཡིན་པ་དང་། ལུན་པའི་གཉེན་པོ་གྱུར་པ་དེ་བཞིན་དུ། དཔེ་ཅན་ཚོས་དེ་ནི། ཉེས་པའི་དྲི་མས་དག་པ་དང་། ཡོན་ཏན་གྱི་འོད་གསལ་བ། རྒྱུག་པ་དང་ཉོན་མོངས་པའི་གཉེན་པོར་གྱུར་བ་སྟེ་མཚན་ཉིད་གསུམ་ལྟན། ཟག་མེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལའོར་དང་བཅས་པ་གང་གིས་ཆགས་པ་དང་བྲལ་བར་བྱེད་པ། ཀྱན་རྫོབ་གཉེན་པོའི་རང་བཞིན་ཉིད་ནི་ལམ་བདེན་ཡིན་ནོ། རྫོང་བྱེད་ལུང་གི་ཚུལ་ལའང་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ་བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་གཉིས་སོ། །

1 དང་པོ་བཀའ་བཤད་པ། དེ་ལ་བཀའ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཞལ་ནས་གསུངས་པའི་ཚུལ་བརྗོད་བྱ་བསྐབ་པ་གསུམ་དང་། རྫོང་བྱེད་རག་ཚིག་དྲི་མ་མེད་པ། སྐབ་བྱེད་ཚད་མ་གསུམ་དང་ལྟན་པ། འབྲས་བུ་ཐོག་མཐའ་བར་དུ་དགེ་བ་ཅན་གྱི་ཚུལ་དེ་ལ་ཟེར་ཞིང་། དེའི་མཚན་གཞི་ནི་བོད་དུ་བཀའ་འབྱུང་གྱི་གསུང་རབ་རྣམས་སོ། །

བཀའ་ལའང་དབྱེ་ན་བཞི་སྟེ། 1 བདག་རྒྱུན་གྱི་སྟོན་པ་དབྱེ་ན། ཞལ་ནས་གསུངས་པའི་བཀའ་དང་། བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་བཀའ་དང་། རྗེས་སུ་གནང་བའི་བཀའ་དང་གསུམ།

དང་པོ་ཞལ་ནས་གསུངས་པའི་བཀའ་ནི། མདོ་རྒྱུད་པ་ལྟ་བུ་བཅོམ་ལྟན་འདས་ཉིད་ཀྱིས་ཞལ་ནས་གསུངས་པའི་བཀའ་དང་།

གཉིས་པ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་བཀའ་ནི། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གང་ཟག་གཞན་ལ་སྐྱེ་གསུང་བྱུགས་ཀྱིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་མཐུས་གང་ཟག་གང་དེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་དགོངས་པའི་ཚུལ་གསུངས་པ་སྟེ། དཔེར་ན། སྐྱེ་ཡིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་བཀའ་ནི། རྫོང་རྒྱུང་པོའི་སྤྱི་བོར་ཕྱག་བཞག་ནས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པས་མདོ་སྟེ་ས་བརྩུ་པ་འཆད་པའི་སྟོབས་པ་སྐྱེས་ནས། རྣམ་པས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་དང་། གསུངས་གིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་བཀའ་ནི། འཇམ་དཔལ་ལ་མ་སྐྱེས་དགའི་འགྲོད་པ་སོལ་ཅིག་ཅིས་བཀའ་རྒྱལ་པས། འཇམ་དཔལ་གྱིས་མ་སྐྱེས་

དགའ་འཁྱོད་པ་བསལ་བའི་མདོ་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་དང། སྤྱགས་ཀྱི་བྱིན་གྱིས་
 བརྒྱབས་པའི་བཀའ་ནི། བཙམ་ལྷན་འདས་ཟབ་མོ་སྤང་བའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་
 བཞུགས་ནས། སྤ་རིའི་བུ་དང་སྤྱན་རབས་གཟིགས་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པས་
 ཤེས་རབ་སྤྱིང་པོ་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་འོ། གཞན་ཡང་འབུམ་གྱི་སྤྱིང་གཞི་ལས།
 ཡོན་ཏན་དང་སྤྱན་ལས་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་བྱིན་རྒྱབས་འོད་ཟེར་བཀྲེ་བ་ལས་དེ་
 བཞིན་གཤེགས་པའི་སྤྱ་སྤང་ནས་ཆོས་སྟོན་པའི་ཚུལ་བཤད་པ་དང་། མདོ་སྤྱད་
 པ་ལས། ཉན་ཐོས་གང་དག་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་མཐུ་ལས་
 ཆོས་སྤྱོད་བ་དང་། སྤྱིས་པ་དང་། བུད་མེད་དང་། བྱི་དང་། བུ་མོ་ལ་སོགས་པ་
 སྤྱན་ལས་ཆེན་པོའི་མཐུས་ཆོས་སྤྱོད་བ་དག་ཀྱང་རྒྱལ་བའི་བཀའ་རྒྱ་བསྐྱེད་ཆོག་པར་
 གསུངས་ཡོད་པ་འདི་དག་རྒྱ་མཚན་རྒྱ་བྱས་ནས། རྟིང་མ་པའི་གཏེར་ཆོས་
 རྣམས་ཡང་དག་ཡིན་པའི་ལུང་རིགས་ཀྱི་ཁུངས་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་རེད།

གསུམ་པ་རྗེས་སུ་གནང་བའི་བཀའ་ནི། རང་གི་སློབ་མ་རྣམས་ལ་མ་འོངས་
 པར་བཀའ་བསྐྱེད་བའི་སྐབས་སུ། སངས་རྒྱས་ཉིད་ཀྱི་དགོངས་གཞི་གང་ཡིན་པ་
 བཤད་ཆོག་པ་དང་། དེའི་མགོ་ལ་སྤྱིང་གཞི་དང་། བར་རུ་བརྗོད་དོན་གང་
 ཡིན། མཐར་ཆོས་ཁུ་བ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་གང་ལྟར་དད་གུས་ཐོབ་པའི་ཚུལ་བཀོད་
 བྱས། དེ་ཉིད་བཀའ་རྒྱ་བཙེ་ཆོག་པའི་གནང་བ་ཐོབ་པ་སྟེ། རྟིང་རྗེ་པ་དཀར་པོ་
 ལས། ཀྱན་དགའ་བོ། དེ་ན་དགེ་སློང་དེ་དག་གིས་ཁྱོད་ལ་དེ་སྐད་བྲིས་པ་དང་
 འདི་སྐད་ལུང་སྟོན་ཅིག འདི་སྐད་བདག་གིས་ཐོབ་པའི་རུས་གཅིག་ན། བཙམ་
 ལྷན་འདས་དང་པོ་མདོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་ནས་ཡུལ་མ་ག་རྩུ་ན་བྱང་
 རྒྱུ་གྱི་སྤྱིང་པོ་ལ་བཞུགས། ཞེས་སོགས་ནས། །དོན་ཆོག་དང་ཡི་གེ་དང་གང་
 དག་གིས་རྣམ་གྲངས་གང་དང་གང་གསུངས་པ་དེ་ལ། ཁྱོད་ཀྱིས་སྤྱིང་གཞི་དང་
 བཙམ་པ་དང་། ཆོག་འབྲུ་བཟང་པོ་རྒྱས་པར་སྟོན་ཅིག །མདོ་སྤྱིང་མཇུག་རྒྱུ་འང་
 བཙམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་དེ་སྐད་ཅེས་བཀའ་བསྐྱེད་ནས་ཐམས་ཅད་དང་ལྷན་པའི་
 འཁོར་ཡི་རངས་ཏི། བཙམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ལ་མདོན་པར་བསྟོད་དོ། །
 ཞེས་བྲིས་ཤིག །ཀྱན་དགའ་བོས་ཆོས་ཀྱི་ཚུལ་འདི་དེ་ལྟར་ཡང་དག་པར་བསྐྱེད་

བར་བྱའོ། །ཞིས་དང་། ལུང་ལས་ཀྱང་། གནས་མ་དུན་ན་གྲོང་བྱིར་རྒྱལ་པོ་གང་
རུང་སྒྲིལ་ཤིག ཅེས་སོགས་རྗེས་སུ་གནང་བ་མཛད་པ་ལྟ་བུའོ། །

༢ བརྗོད་བྱའི་སྒྲིལ་ནས་དབྱེ་ན། བརྗོད་བྱ་བསྐྱབ་པ་གསུམ་གྱི་དབང་རུ་བྱས་
ནས། རྗོད་བྱེད་ལྟེ་སྒྲིལ་གསུམ་རུ་དབྱེ་ན། འདུལ་བ། མདོ་ལྟེ། མདོན་པ་དང་
གསུམ་མོ། དེ་ཡང་བསྐྱབ་པ་གསུམ་གྱི་དབང་རུ་བྱས་ན། ལྷག་པ་ཚུལ་གྲིམས་
གྱི་བསྐྱབ་པ་བརྗོད་བྱའི་གཙོ་བོར་སྒྲིལ་པའི་གསུང་རབ་ནི། འདུལ་བའི་ལྟེ་སྒྲིལ།
དེའི་མཚན་གཞི་འདུལ་བ་ལུང་ལྟེ་བཞི་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུའོ། །ལྷག་པ་སེམས་གྱི་
བསྐྱབ་པ་བརྗོད་བྱའི་གཙོ་བོར་སྒྲིལ་པ་མདོ་ལྟེ་ལྟེ་སྒྲིལ། དེའི་མཚན་གཞི་ཤེར་བྱིན་
འབུམ་པ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་རྣམས་སོ། །ལྷག་པ་ཤེས་རབ་གྱི་བསྐྱབ་པ་བརྗོད་བྱའི་
གཙོ་བོར་སྒྲིལ་པ་མདོན་པའི་ལྟེ་སྒྲིལ། དེའི་མཚན་གཞི་མདོན་པ་ལྟེ་བདུན་ལ་
སོགས་པ་ལྟ་བུ་རྣམས་སོ། །

༣ རྗོད་བྱེད་ཀྱི་སྒྲིལ་ནས་དབྱེ་ན། གསུངས་རབ་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་ཏེ། མདོ་
ལྟེ་ལྟེ། ལུང་རུ་བསྐྱན་པའི་ལྟེ། ཚིགས་སུ་བཅད་པའི་ལྟེ། དབྱངས་གྱིས་བསྐྱད་
པའི་ལྟེ། ཆེད་རུ་བརྗོད་པའི་ལྟེ། གྲིང་གཞིའི་ལྟེ། རྟོགས་པ་བརྗོད་པའི་ལྟེ། འདས་
པ་བརྗོད་པའི་ལྟེ། རྒྱུས་པ་རབས་གྱི་ལྟེ། ཤིན་རུ་རྒྱས་པའི་ལྟེ། མད་རུ་བྱང་བའི་
ལྟེ། གཏན་ལ་ཕབ་པའི་ལྟེ་བཅས་བརྒྱ་གཉིས་སོ། །

༤ དབང་པོའི་རིམ་པའི་སྒྲིལ་ནས་དབྱེ་ན། ཚོས་འཁོར་རིམ་པ་གསུམ་ནི།
འཇམ་མགོན་ཀོང་སྤུལ་རིན་པོ་ཆེས། ཐེག་དམན་གྱི་རིགས་ཅན་རྣམས་ལ་
དགོངས་ནས་བཀའ་དང་པོ་དང་། ཐེག་ཆེན་པའི་རིགས་ཅན་རྣམས་ལ་དགོངས་
ནས་བཀའ་བར་པ། ཕྱི་མི་ལྷག་པའི་བྱང་སེམས་རྣམས་ལ་དགོངས་ནས་བཀའ་ཐ་
མ་བཅས་ཀྱི་ཚོས་འཁོར་བསྐྱོར་བར་བཞེད། གཞན་ཡང་། གདུལ་བྱ་གང་ཟག་
ཐེག་དམན་གྱི་རིགས་སུ་ངེས་པ་རྣམས་ཀྱི་དོན་རུ་བཀའ་དང་པོ་བདེན་པ་བཞིའི་
ཚོས་འཁོར་བསྐྱོར་བ་དང་། གདུལ་བྱ་ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་སུ་ངེས་པ་རྣམས་ཀྱི་
ཆེད་རུ་བཀའ་བར་པ་མཚན་ཉིད་མེད་པའི་འཁོར་ལོ་དང་། གདུལ་བྱ་བྱིན་གྱིས་
འགྱུར་བས་རིགས་མ་ངེས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཆེད་རུ་བཀའ་ཐ་མ་ལེགས་པར་རྣམ་པར་

ཕྱི་བའི་ཚུལ་ལའོར་དང་གསུམ་བསྐྱར་ཞེས་པའི་འདོད་སྤྱོད་ཡང་ཡོད་དོ། །

2 གཉིས་པ་བསྟན་བཅས་བཤད་པ། དགོངས་འགྲེལ་གྱི་བསྟན་བཅས་བཤད་པ་
ལ། ཚུལ་པ་པོའི་མཚན་ཉིད། བསྟན་བཅས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། བསྟན་བཅས་ཀྱི་
ངེས་ཚིག་བསྟན་བཅས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཅས་སོ། །

༡ བསྟན་བཅས་ཚུལ་པ་པོའི་མཚན་ཉིད། རབ་ཚུལ་ཉིད་ཀྱི་བདེན་པ་མཐོང་བ་
སྟེ། ལྷ་སྐྱབ་དང་། འཕགས་པ་ལྷ། སྟགས་མེད་ལ་སྟགས་པ་ལྷ་བྱའོ། །འབྲིང་
ཡི་དམ་ལྷ་ཡིས་ཞལ་གཟིགས་ཤིང་གནང་བ་ཐོབ་པ་སྟེ། ལྷགས་རྗེ་ཆེན་པོས་བྱིན་
གྱིས་བསྐྱབས་པ་ཅན་པ་དང་། ཞི་བ་ལྷ་ལ་སྟགས་པ་ལྷ་བྱའོ། །ཐ་མ་ཡང་རིག་
པའི་གནས་ལྷ་ལ་མཁས་ཤིང་། ལྷ་མ་བརྒྱད་པའི་བཤད་པའི་གདམས་ངག་ཡོད་པ་
སྟེ། སྟོབ་དཔོན་དཔལ་ལྷན་སྟེས་དང་། ཡེ་ཤེས་སྟིང་པོ་དང་། རྒྱ་སྟོ་གྲོས་ལ་
སྟགས་པ་ལྷ་བྱའོ། །ཞེས་ཤེས་བྱ་ཀྱན་བྱབ་ལས་གསུངས་པ་ནི་རྒྱ་གར་འཕགས་
པའི་ཡུལ་གྱི། བསྟན་བཅས་ཚུལ་པ་པོའི་དབང་ཏུ་བྱས་ནས་བཤད་པ་ཞིག་ཡིན།
རང་རེ་བོད་ཀྱི་བསྟན་བཅས་ཚུལ་པ་པོ་རྣམས་ལའང་དེ་བཞིན་ཏུ་དབྱེ་ཚིག་པར་
སེམས་སྟེ། དཔེར་ན། རབ་མཐོང་ལམ་གྱི་བདེན་པ་མཐོང་བ་རྗེ་བཙུན་མི་ལ་ལྷ་
བྱ་དང་། འབྲིང་ཡི་དམ་ལྷའི་ཞལ་གཟིགས་ཐོབ་པ་འགྲོ་མགོན་ས་པའ་ལྷ་བྱ། ཐ་
མ་རིག་པའི་གནས་ལྷ་ལ་མཁས་ཤིང་། ལྷ་མ་བརྒྱད་པའི་བཤད་པའི་གདམས་ངག་
ཡོད་པ་བོད་ཀྱི་མཁས་པ་པོ་མོ་ཆེ་ལྷ་བྱ་ཡིན་པར་སེམས།

༢ བསྟན་བཅས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ནི། ཤེས་བྱ་ཀྱན་བྱབ་ལས། བདེ་བར་གཤེགས་
པའི་གསུངས་རབ་ཀྱི་དགོངས་པ་འགྲེལ་བའི་དབང་ཏུ་བྱས་ནས་ཚུལ་པ་པོ་ལྷ་བ་
ངན་པ་དང་། ཐེ་ཚོམ་སྟགས་རྣམ་གཡང་མེད་པའི་སྟོ་གྲོས་ཅན་གྱིས་བཤད་པའི་
ངག་གང་ཞིག །ཐར་པ་ཐོབ་པའི་ལམ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་བསྟན་བཅས་ཀྱི་
མཚན་ཉིད།

༣ བསྟན་བཅས་ཀྱི་ངེས་ཚིག་ནི། རྣམ་བཤད་རིག་པ་ལས། ཉོན་མོངས་དག་
རྣམས་མ་ལུས་འཚོས་པ་དང་། །ངན་འགྲོའི་སྲིད་ལས་སྟོབ་པ་གང་ཡིན་པ། །
འཚོས་སྟོབ་ཡོན་ཏན་བྱིར་ན་བསྟན་བཅས་ཞེས། །གཉིས་པོ་འདི་དག་གཞན་གྱི་

ལུགས་ལ་མེད། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །བསྟན་བཅོས་དེ་ལ་ཡང་། རྟོན་ཡོད་
 པའི་བསྟན་བཅོས་དང་། རྟོན་མེད་པའི་བསྟན་བཅོས་གཉིས་ཕྱེས་ཡོད་པ་རེད།
 རྟོན་ཡོད་པའི་བསྟན་བཅོས་ཞེས་པ། དམ་པའི་ཚེས་ཉམས་སྤྱི་ལེན་པའི་ཐབས་
 དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་རིགས་ལ་ཟེར། རྟོན་མེད་པ་ཞེས་པ།
 དམ་ཚེས་ཉམས་སྤྱི་ལེན་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་རིགས་ཟེར། རྟོན་ཀྱང་རང་རེ་ལས་པ་
 པའི་དབང་རྒྱ་བྱས་ན། རྟོན་མེད་པའི་བསྟན་བཅོས་ཞེས་པ་དེ་དག་ཉ་ཅང་གལ་
 ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། ཆེན་རིག་ཞིབ་འཇུག་གི་བསྟན་བཅོས་དང་།
 སྤྱི་ཚེགས་འཇུགས་སྟུན་གྱི་ཐབས་ཤེས། དག་འདུལ་གཉེན་སྦྱོང་བྱ་ཚུལ་སྒྲོར་གྱི་
 བསྟན་བཅོས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ནི། རྟོན་མེད་པའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་གྲུལ་རྒྱ་
 འཛོག་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡང་ས་སྤེལ་ས། རྟོན་མེད་རྟོན་ལོག་རྟོན་དང་ལྟན།
 མོས་ཚོད་སྟབ་པ་ལྟར་ལེན་པ། རན་གཡོ་བཅེ་བལ་སྟུག་བསྟལ་སྒྲོང་། བསྟན་
 བཅོས་རྒྱག་བལ་གསུམ་རྒྱ་འདོད། ཅེས་ཆོག་རྒྱང་སོ་སོའི་དང་པོ་གཉིས་རྟོན་
 མེད་པའི་བསྟན་བཅོས་དང་། ཕྱི་མ་དེ་རྟོན་ཡོད་པའི་བསྟན་བཅོས་ཡིན་ཞེས།
 མདོར་ན་རྟོན་མེད་པའི་བསྟན་བཅོས་རིགས་རྒྱག་དང་། རྟོན་ཡོད་པའི་བསྟན་
 བཅོས་རིགས་གསུམ་བསྟན་ཡོད་པ་རེད།

༤ བསྟན་བཅོས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ནི། བྱེད་ལས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་བ། བཤད་བྱའི་སྒྲོ་ནས་
 དབྱེ་བ། བརྗོད་བྱའི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་བ་བཅས་སོ། །

གཅིག་བྱེད་ལས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་བ། གཞུང་རྒྱ་ཆེན་པོ་སྤྱད་པའི་བསྟན་བཅོས།
 དཔེར་ན། མདོན་པ་མདོད་ལྟ་བུ། གཞུང་ཟབ་མོ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་བསྟན་
 བཅོས། ཤེར་ཕྱིན་མདོན་རྟོགས་རྒྱན་ལྟ་བུ། འཁྲུགས་པ་གོ་རིམ་རྒྱ་སྤེབ་པའི་
 བསྟན་བཅོས། མདོ་སྤེ་རྒྱན་ལྟ་བུ་བཅས་སོ། །

གཉིས། བཤད་བྱའི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་བ། བཀའ་སྤྱིའི་དགོངས་འབྲེལ་དང་། བྱེ་བྲག་
 གི་དགོངས་འབྲེལ་གཉིས་ལས། བཀའ་སྤྱིའི་དགོངས་འབྲེལ་ནི། སུམ་རྟགས་
 དག་གསུམ་ལ་སོགས་པ་བརྗོད་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་རྣམས་དང་། བསྟུས་
 ལྷ་དང་ཆོད་མ་ལ་སོགས་གཏན་ཆོགས་རིགས་པའི་གཞུང་རྣམས་ལ་ཟེར། བྱེ་

བྲག་གི་དགོངས་འགྲེལ་ནི། ཆོས་འཁོར་གསུམ་གྱི་ལྟ་སྟོན་འགྲེལ་བའི་དབང་དུ་
བྱས་ཏེ་དབྱེ་ན། འཁོར་ལོ་དང་པོའི་ལྟ་བའི་ཆ་འགྲེལ་པ་ལ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་མངོན་
པ་སྟེ་བདུན་དང་། བྱེ་བྲག་བཤད་མཛོད་ཆེན་མོ། དེ་དག་གི་དོན་བསུས་མངོན་
པ་མཛོད་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་རྣམས་སོ། སྟོན་པའི་ཆ་འགྲེལ་པ། འདུལ་བ་མདོ་
རྩ་དང་མེ་ཏོག་ཐེང་རྒྱད་ལ་སོགས་རྣམས་སོ། །འཁོར་ལོ་བར་པའི་ལྟ་བའི་ཆ་
འགྲེལ་པ་ལ། དངོས་བསྟན་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་རིམ་པ་གསལ་བར་བྱེད་པ་དབུ་མ་
རིགས་ཆོགས་དྲུག་དང་། སྤྱོད་དོན་མངོན་རྟོགས་ཀྱི་རིམ་པ་གསལ་བར་བྱེད་པ་
མངོན་རྟོགས་རྒྱན་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་རྣམས་སོ། །སྟོན་པའི་ཆ་འགྲེལ་པ་ལ།
བསྐབ་པ་ཀུན་ལས་བདུས་པ་སོགས་དང་། ལྟ་སྟོན་གཉིས་ཆར་འགྲེལ་པ་བྱང་
རྒྱུ་སེམས་དཔའི་སྟོན་པ་འདུག་པ་སོགས་པ་རྣམས་སོ། །འཁོར་ལོ་ཐ་མའི་ལྟ་
བའི་ཆ་འགྲེལ་པ་ལ། མདོ་སྟེ་རྒྱན་དང་། དབུས་མཐའ་རྣམ་འབྱེད། ཆོས་ཉིད་
རྣམ་འབྱེད། རྒྱད་སྒྲ་མ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་རྣམས་སོ། །སྟོན་པའི་ཆ་འགྲེལ་པ་
སྟོམ་པ་ཉི་ཤུ་པ་སོགས་སོ། གསུམ། བཛོད་བྱའི་སྟོན་པ་དབྱེ་ན། ཇི་སྟེད་སྟོན་
པ། ཇི་ལྟ་བ་སྟོན་པ། ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་སྟོན་པ་གསུམ་ལས།
ཇི་སྟེད་སྟོན་པའི་གཞུང་ནི། རིག་པའི་གནས་ལྟ་ལ་སོགས་པ་ཤེས་བྱ་སྤྱིའི་གཞུང་
རྣམས་སོ། ཇི་ལྟ་བ་སྟོན་པའི་གཞུང་ནི། བདེན་གཉིས་རྣམ་ངེས་དང་། ལུས་
རྩ་བ་དང་། དབུ་མ་རྒྱན་ལ་སོགས་པ་རྣམས་སོ། །ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་
མཁྱེན་པ་སྟོན་པའི་གཞུང་ནི། བྱང་ས་དང་དགོངས་རྒྱན་ལ་སོགས་པ་རྣམས་སོ། །
བཀའ་བསྟུ་རིམ་པ་གསུམ་བྱས་ཚུལ། སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་བཙུང་ལྟ་འདས་
སྟེ་གཤེགས་པའི་རྗེས་སུ། འཁོར་དག་བཙུང་པ་རྣམས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་
རྣམས་སྟོགས་བསུས་མཛོད་པ་ལ་བཀའ་བསྟུ་ཞེས་ཟེར།
བཀའ་བསྟུ་བྱེད་པའི་དགོས་པ་ནི། སྟོན་པ་སྟེ་མ་གཤེགས་པའི་སྟོན་དུ་དང་
པོ་མོ་གལ་གྱི་བྱ་འཁོར་དང་བཅས་པ་ཟུང་ན་ལས་འདས་པ་དང་། དེའི་རྗེས་སུ་
ཤུ་རིའི་བྱ་འཁོར་དང་བཅས་པ་ཟུང་ན་ལས་འདས་པ། དེ་ནས་སྤྱི་ལོའི་སྟོན་གྱི་
༥༥པའི་མེ་འབྲུག་ལོར། ས་ག་ལྷ་བའི་ཆོས་བཙུང་ལྟ་འདས་སྟེ་སྟོན་པ་སྟེ་མ་གསུང་ལས་

འདས་པའི་ཚེ། འཁོར་དག་བཅོམ་པ་མང་པོ་ཞིག་རྩས་མཚུངས་སུ་བྱ་ངན་ལས་
འདས་པར་གྲགས། དེའི་ཕྱི་ལོའི་ལྷ་རྣམས་ཀྱིས་བཅོམ་ལྡན་འདས་དང་དགེ་སྤྱོད་
དབང་ཡོད་པ་རྣམས་འདས་པས། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་འདུལ་བ་དང་། མདོ་
སྤྱི། མ་མོ་དག་མི་སྤྲུགས་སོ་ཞེས་འབྲུ་བ་སེལ་བ་དང་། མ་འོངས་པའི་རྩས་དགེ་
སྤྱོད་རྣམས་བརྗེད་དང་ཆེ་བ་སོགས་ཀྱིས་ཚིག་དོན་འཛིན་པར་མི་རྣམས་པ་ལ་ཕན་
གདགས་ཤིང་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཡུན་རིང་རྩ་གནས་པར་བྱ་བའི་ཆེད་རྩ་བཀའ་
བསྟུ་མཛད་དོ། །

ཐེག་དམན་ལུགས་ལ་བཀའ་བསྟུ་དང་པོ་ནི། སྟོན་པ་བྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་
ཕྱི་ལོ་སྤྱི་ལོའི་སྟོན་ཀྱི་༥༥པའི་མེ་སྐུལ་ལོར་གཙུག་པོ་ལས་འགན་འཁུར་ནས་བཀའ་
བསྟུ་མཛད་པའི་ཚུལ། ཤེས་བྱ་ཀུན་ཁྱབ་དང་། ཟླ་འོད་གཞིན་ཅུའི་འཁྲི་ཤིང་
རྣམས་ཀྱི་ནང་དོན་མདོར་བསྟུས་ནས་བཀོད་པར། འོད་སྤངས་ཆེན་པོས་རྩ་ཅན་
ཉིད་རྩ་དག་བཅོམ་པ་གང་པོ་ལ་བྲིད་ཀྱིས་དགེ་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་ལ་འདིར་འདུས་
དགོས་པའི་བརྗེ་ཐོངས་ཤིག་ཅེས་བཀའ་གནང་། གང་པོས་དེ་བཞིན་བྱས་པས་བ་
ལང་བདག་མ་གཏོགས་པའི་དགེ་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་འདུས། བ་ལང་བདག་སྐུ་རྩ་
རྩ་གསུམ་རྩ་འདི་གངས་ཏི་སེའི་ཉེ་འགམ་ཞིག་ལ་ཡིན་མིན་དབྱེད་དགོས་འགོག་
སྟོམས་ལ་གནས་པ་གང་པོ་འབོད་རྩ་ཕྱིན་པས་སངས་རྒྱས་མི་བཞུགས་པ་ཤེས་པ་
དང་བྱ་ངན་ལས་འདས། འོད་སྤངས་ཆེན་པོས་དེ་ཕྱིན་ཆད་སངས་རྒྱས་བྱ་ངན་
འདས་པར་སྟག་བསྐུལ་བའི་ཆེད་རྩ་སྤངས་བྱ་ངན་ལས་འདས་མི་ཚོག་པའི་བཀའ་
ཁྲིམས་བཅད། རྩས་དེར་རྒྱལ་པོ་མ་སྤྲེས་དགས་སྤྱིན་བདག་གནང་སྟེ། འོད་
སྤངས་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པའི་དགེ་སྤྱོད་ལྷ་བརྒྱ་དང་གཅིག་ཐམས་པ། ཡུལ་མ་ག་
རྩའི་གོ་རྩའི་ལུག་རྩ་འདུས་ནས་དབྱར་གནས་མཛད། སྟོན་སངས་རྒྱས་བཅོམ་
ལྡན་འདས་ཀྱིས་འོད་སྤངས་ཆེན་པོ་ལ་བཞུགས་གདན་གྱི་ཕྱེད་བསྟོབས་ཏེ། མ་
མོའི་སྤེ་སྟོན་མ་མོའི་སྤེ་སྟོན་ནི། མདོན་པ་ལ་ཟེར། གཙུག་པོར་གྱུར་པའི་བསྟན་
པ་མཐའ་དག་གཏད། སྤྲ་གཅན་འཛིན་དང་ཀུན་དགའ་པོ་ལ་སོགས་པ་འཁོར་
བཞི་དང་བཅས་པ་གཏད་དེ་རྒྱལ་ཚབ་རྩ་དབང་བསྟུར། ཕྱི་བྲག་རྩ་མདོ་སྤེའི་སྤེ་

འདུལ་བ་སྤྱད་པ་པོ་བསྐྱོས་ཏེ་དེ་ཉིད་སེང་གའི་བྲི་ལ་འཛེགས་པ་དང་། འོད་
སྤངས་ཆེན་པོས་བཙོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས། དང་པོ་བསྐྱབ་པའི་གཞི་གང་རུ་བཅས་
ཞེས་དྲིས་པས། ཉེ་བར་འཁོར་གྱིས་ལན་རུ། ལ་ར་རྒྱ་སི་ལའོ། དྲི་བ། གང་
དག་གི་དོན་རུ། ལན། དགོ་སྤྱོད་ལྡ་ཐེའི་ཆེད་རུའོ། དྲི་བ། གང་གི་ཕྱིར། ལན།
འདི་ལྟ་སྟེ་ཤམ་ཐབས་ལྷམ་པོར་བགོ་བར་བྱའོ། ཞེས་སོགས་བསྐྱབ་པ་བཅས་པའི་
ཚུ་ལ་རྣམས་དྲི་བ་དྲིས་ལན་གྱི་སྟོ་ནས་འདུལ་བ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བཤད་པ་དེ།
དག་བཙོམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་མདོན་ཤེས་ཀྱིས་གཟིགས་ནས་ཡང་དག་པར་ངེས་པ་
བྱས་ཏེ་བསྐྱས་སོ། །དེ་ནས་འོད་སྤངས་ཆེན་པོ་རང་ཉིད་མ་བསྐྱོས་པ་སེང་གའི་
བྲི་ལ་བཞུགས་ཏེ། ཆོ་དང་ལྡན་པ་དག་མ་མོ་ལྟ་བུ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་བདག་ཁོ་ནས་
སྤྱོད་པར་བྱ་བ་སྟེ། མ་མོ་ལྟ་བུ་ནི་ཤེས་བྱའི་མཆོན་ཉིད་རབ་རུ་གསལ་བར་བྱེད་པ་
ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་དུན་པ་ཉེ་བར་བཞག་པ་བཞི་དང་། ཞེས་སོགས་བཤད་ནས་
དག་བཙོམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་མདོན་ཤེས་ཀྱིས་བལྟས་ཏེ་ཡང་དག་པར་བསྐྱས་སོ། །
ས་སྒྲའི་ལྟ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་དེའི་ཆེད་རུ་སྤྱོད་བཞེད་བྱས་པས་འོག་མིན་གྱི་བར་རུ་
ཡུད་ཅུ་མ་གྱིས་གྲགས་ཏེ་བཀའ་བསྐྱེད་ཀྱི་ལ་ལྟ་བུ་ཡང་དག་པར་བསྐྱས་པ་ཞེས་
གྲགས་སོ། །

བཀའ་བསྐྱེད་བར་པ་ནི། སི་རུ་ཚུ་ལྷན་གྱི་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་བཀའ་འབྱུར་དཀར་
ཆག་ལྷ་འོད་གཞོན་ཅུའི་འཁྲི་ཤིང་ལས། བཀའ་བསྐྱེད་ལ་ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མིན་
གྱི་བཀའ་བསྐྱེད་དབྱེ་བ་ལས་བཀའ་བསྐྱེད་ཅི་མ་པ་གསུམ་གྱི་སྟོར་གསུངས་མི་འདུག་
ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་བཤད་སྟོལ་ལྟར་ན་སྟོན་པ་ཟུང་ན་ལས་འདས་ནས་ལོ་བརྒྱ་དང་
བརྒྱ་གཅིག་ན་བཀའ་བསྐྱེད་ཐེངས་གཉིས་པ་བྱས་པའི་ལྷན་ལྟར་ན། སྤྱི་ལོའི་སྟོན་
གྱི་༤༤པའི་མེ་ལྷན་ལོར། བཀའ་བསྐྱེད་གཉིས་པར་བྱ་རྒྱུའི་འགོ་བཙུགས་ཡོད་པ་
རེད། ཤེས་བྱ་ཀྱན་བྱབ་ལས། སྟོན་པ་ནི་བར་གཤེགས་ནས་ལོ་གངས་བརྒྱ་དང་
བརྒྱ་ལྟ་པའི་ཆོ་ཡངས་པ་ཅན་གྱི་དགོ་སྤྱོད་རྣམས་ཀྱིས་རུང་བ་མ་ཡིན་པའི་གཞི་
བརྒྱ་བྱས་ཏེ། དེའང་རི་སྐད་རུ། ༡ རུ་ལུ་རུ་ལུ། ༢ ཡི་རངས་དང་། ༣ ཀྱན་སྤྱོད།
༤ སྤྱོད་དང་། ༥ ལན་ཚུ་དང་། ༦ ལམ་དང་། ༧ སོར་གཉིས། ༨ དཀྱག་དང་།

༡གདིང་། ༡༠གསེར་གྱིས་རུང་བ་དག་དང་བརྟུ། ཞེས་པ་སྟེ།

(1) ཆོས་མིན་གྱི་ལས་བྱས་ཤིང་མཚུག་རྒྱ་ཐལ་མོ་བརྟུགས་ཏེ་རྩ་ལུ་རྩ་ལུ་ཞེས་བརྟུག་པ་ལམ། (2) ཡང་ན། དགོ་འདུན་ལྷག་མ་རྣམས་རྗེས་སུ་ཡི་རངས་བྱེད་བརྟུག་པས་དག་གོ་ཞེས་དང་། (3) ས་གཞི་འདི་ཀུན་གྱིས་སྦྱོང་རུང་བས་ཉེས་པ་མེད་པ་ཡིན་ཞེས། བྱིས་པ་བཞིན་རྩ་ས་བཞོ་བ་དང་། (4) ན་བར་གྱུར་ན་ཆང་སྟོན་སྟོན་བྱ་བ་དང་འཛིབ་པ་ལྟར་གཞིབ་ནས་ཆང་བརྟུང་རུང་བ་ཞེས་བཤད་པ། (5) ལན་ཚུ་འདེབས་ན། ཟས་གྱི་རོ་འཁྱུར་བས་རྩ་ས་མིན་གྱི་ཁ་ཟས་ཟ་རུང་བ་དང་། (6) ཟས་སྤངས་ཟིན་ནས། རྒྱུང་གྲགས་སྟེང་ཅམ་ལམ་རྩ་བརྟུག་ནས་སྤར་ཡང་ཟར་རུང་བ་དང་། (7) ཟས་སྤངས་ནས་ལྷག་པོར་བྱས་མི་དགོས་པར་སྤར་སོར་མོ་གཉིས་གྱིས་རེག་ནས་ཟར་རུང་བ་དང་། (8) འོ་མ་དང་ཞོ་གཉིས་བྲེ་གང་རེ་བསྟེས་ནས་དཀྱུགས་ནས། བྱི་རྩོ་འཁྱུར་རུང་བ་དང་། (9) གདིང་བ་རྟིང་པ་ནས་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་མཚོ་གང་ལྷག་མི་དགོས་ཞེས་པ་དང་། (10) དགོ་ཚུལ་གྱི་མགོ་ལ་བྲི་བཅིང་། དེའི་སྟེང་རྩ་མེ་རྟོག་གི་སྤང་བས་བརྟུན་པའི་ལྷུང་གཟེད་བཞག་སྟེ། གསེར་དབུལ་སོགས་འབྲུལ་བ་དེར་འཕེན་བཅོལ་བྱས་ན་བྱིས་དགོ་སྦྱང་རང་ཉིད་གྱིས་རེག་ཆོག་པར་འདོད་པ་བཅས། རུང་བ་མ་ཡིན་པའི་གཞི་བརྟུ་སྟུང་ནས་འདི་ནི་ཆོས་ཡིན། འདུལ་བ་ཡིན། སྟོན་པའི་བརྟུན་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བསྟན་པ་པ་དེ་དག་སྟན་དབུང་ཞིང་བརྟུན་པའི་དྲི་མ་བསལ་བའི་སྟུང་རྩ། རྣམ་ཐར་བརྟུང་དང་ལྷན་པའི་དག་བཅོམ་པ་གྲགས་པ་ལ་སོགས་པ་གཉིས་ཀའི་ཆ་ལས་རྣམ་པ་གྲོལ་ཞིང་མང་རྩ་ཐོས་པའི་དག་བཅོམ་པ་བརྟུན་བརྟུ། ཀུ་སྟེ་སུ་རི་ཞེས་བྱ་བའི་གཙུག་ལག་ཁང་རྩ་འདུས་ཏེ། ལི་རྩ་བྱི་རི་རིགས་ལས་བྱུང་བའི་རྒྱལ་པོ་དག་འབྱེད་ཅེས་བྱ་བས་བྱིན་བདག་བྱས་ཏེ་དངོས་པོ་བརྟུ་བསྟན་པས་ནས། དེ་དག་མདོ་སྟེ་ལ་མི་འཚུག་འདུལ་བ་ལ་མི་སྤང་། ཆོས་ཉིད་དང་འགལ་བས་དོར་བ་བྱ་བར་བཅས་ཏེ་མི་རུང་བ་སྟུང་པ་རྣམས་བསྟོལ་བས། འདི་ལ་བརྟུན་བརྟུས་ཡང་དག་པར་བརྟུང་པ་ཞེས་གྲགས་ཤིང་ཆ་ཤས་གྱི་བརྟུ་བ་མཛད་དོ། །

བཀའ་བརྟུ་ཐ་མ་ནི། ཤེས་བྱ་ཀུན་བྱབ་ལས། དེའི་རྗེས་གཏད་རབས་བརྟུན་

སྔ་སྔགས་རྒྱུགས་པའི་ཕྱིས་ཤིག་ན། ལུལ་མ་རུ་ཤེས་ཆོད་དཔོན་གྱི་བྱ་ལྟ་ཆེན་པོ་
 ཞེས་བྱ་བ་མཆོམས་མེད་གསུམ་བྱས་པ་ཞིག་རང་གི་སྤྲིག་པ་གསང་སྟེ་ཁ་ཆེར་ཕྱིན་
 བས་རབ་རུ་བྱུང་། སྟེ་སྟོན་གསུམ་ཀར་བྱང་བར་ཤེས་ནས་དབེན་པར་ཉིང་རེ་
 འཛིན་ལ་བཙོན་པ་ནི། བརྟུང་གིས་བྱིན་གྱིས་བརྟུབས་ཏེ་དག་བཙོམ་པར་གྲགས་
 ཤིང་རྟེན་བཀྱར་དང་གྲགས་པ་འཕེལ་ནས་འཁོར་མང་པོ་དང་བཅས་གཙུག་ལག་
 ཁང་འདམ་བུ་ཅན་རུ་འོངས་པ་ན་དགེ་སྟོང་རྣམས་གྱིས་སོ་ཐར་གྱི་མདོ་རེས་མོས་
 ལུ་འདོན་པའི་ཆོ། ལྟ་ཆེན་པོས་མདོ་བཏོན་པའི་མཆུག་རུ། ལྟ་རྣམས་མ་རིག་པ་
 ཡིས་བསྐྱུས། ལམ་ནི་སྒྲ་ཡི་རྒྱན་ལས་བྱུང་། ཐེ་ཆོམ་ཅན་རྣམས་གཞན་གྱིས་
 འཆུག། འདི་ནི་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་ཡིན། ཞེས་བཏོན་པས་འཕགས་པ་རྣམས་
 དང་དགེ་སྟོང་གན་པོ་མང་རུ་ཐོས་པ་དག་གིས། མདོའི་ཆོག་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་
 བརྗོད་པ་ན། གཞོན་པ་ཕལ་ཆེར་ལྟ་ཆེན་པོའི་གྲོགས་བྱས་ཏེ་ཚོད་པར་གྱུར་ཅིང་།
 གཞན་ཡང་དེས་བཀའི་དོན་ལ་ལོག་པར་བརྟགས་པ་མང་རུ་བྱས་སོ། །

དེ་ལྟེན་དེ་སྒྲོབ་མ་བཟང་པོ་ཞེས་པས་ཀྱང་བཀའ་དོན་ལ་བརྟེན་བརྟེན་
 དང་ཐེ་ཚོམ་གྱི་གནས་མང་པོ་བསྐྱེད་ནས་གཞན་ལ་ལན་གདབ་པ་དང་། མི་ཤེས་
 པ་དང་། ཡིད་གཉིས་དང་། ཡོངས་སྤྱོད་བརྟེན་པ་དང་། བདག་ཉིད་གསོ་བ་སྤྱི་
 གཞི་ལྟ་ཡོངས་སྤྱོད་བརྟེན་པས་དགོ་འདུན་སོ་སོའི་སྤྱི་བོ་རྣམས་ཐེ་ཚོམ་དང་ཡིད་
 གཉིས་ཀྱིས་བརྟེན་པ་ལ་སྤྱོད་མཐུད་པར། ཟིང་ཟིང་པོར་གྱུར་ཏེ་མདོ་འདོན་པའང་
 སྤྱོད་ཆོག་སྤྱོད་ཀྱང་ཅིང་། དག་བཅོམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཚོད་པ་ཁེར་མ་བཟུབ་
 དེ་དག་གི་བ་ན་དགོ་སྤྱོད་རྣམས་ཀྱིས་ཤེས་སོ། །དེའི་རྗེས་སྤྱོད་པོ་སྤྱོད་ཀྱིས་བྱ་
 བས་ཀྱང་གཞི་ལྟ་བརྟེན་པས་སྤྱོད་པ་དང་དགོ་འདུན་གྱི་ཚོད་པ་ཆེར་བསྐྱེད་ནས་
 སལ་ཆེན་པ། ཐམས་ཅད་ཡོད་པ་སྤྱོད་པ། གནས་བརྟེན་པ། མང་བཀྱར་བ་སྤྱི་
 ཚ་བའི་སྤྱི་བ་བཞིར་གྱེས། སྤྱི་བོ་སྤྱོད་པ་ཡིད་བརྟེན་ཅེས་བྱ་བས་ཀྱང་གཞི་ལྟ་
 བརྟེན་པས་ཏེ་ཚོད་པ་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱེད་པས་ཚ་བའི་སྤྱི་བ་བཞི་པོ་དག་ཀྱང་རིམ་གྱིས་
 གྱེས་ནས་བཅོ་བརྒྱད་དུ་གྱུར་ཏེ། ཞེས་དང་། དེའི་ཆོ་འཕགས་པ་རྩིས་ལོགས་
 ཞེས་བྱ་བ། མང་དུ་སོས་པ་མཐར་ཐྱིན་པ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་དག་བཅོམ་པ་ལྟ་

བརྒྱ་དང་། བ་སྤྱི་མི་ཏུ་ལ་སོགས་པ་བཅུན་པ་བཞི་བརྒྱ་ནམས་དང་། བྱང་ཚུབ་
 སེམས་དཔའ་ལ་བརྒྱ་ནམས་ཀྱང་རྒྱལ་པོ་ཀ་ནི་སྐྱས་སྤྱན་དྲངས། ཁ་ཆེའི་ཡུལ་དུ་
 རྒྱ་རྒྱ་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་གསར་དུ་བཞེངས་པ་ལ། བཞུགས་སུ་གསོལ་ཞིང་
 བསྐྱེན་བཀྱར་ཏེ། བྱེས་པ་བཙོ་བརྒྱད་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གྲོའི་མི་ལམ་ལྟར་བསྐྱེན་
 གྱི་མདོ་ལས། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་ཁྱེད་ཀྱི་རས་ཡུག་གཅིག་མི་བཙོ་བརྒྱད་ཀྱིས་བཞོས་
 ཀྱང་མ་རལ་བ་མི་ལམ་དུ་མཐོང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི། དེ་ཉིད་ཀྱི་བསྐྱེན་པ་སྤེ་
 བཙོ་བརྒྱད་དུ་བྱེས་པར་གྱུར་ཀྱང་ནམ་པར་གྲོལ་བའི་རས་ནི་རལ་བར་བྱ་བར་མི་
 རུས་ཏེ་དེའི་སྤྱི་ལྟས་ཡིན་ནོ། ཞེས་པའི་ལྟར་གིས་བཀར་བསྐྱབས་ཤིང་ཆོས་མདོན་
 པ་ནམ་པར་བཤད་དེ་འདི་ལ་བཀའ་བསྐྱབས་གསུམ་པར་གྲགས།

དེའི་ཆོ་འདུལ་བ་ཐམས་ཅད་ཡི་གེར་བཀོད། མདོ་སྤེ་དང་མདོན་པ་སྤེ་ཡི་གེ་
 མ་འཁོད་པ་ནམས་ཀྱང་ཡི་གེར་བཀོད། བཀོད་པ་ནམས་ལ་དག་ཐེར་བྱས་སོ།
 འདི་སྐབས་ཁ་ཆེ་བ་ནམས་ཀྱིས་འདི་ལྟར་འདོད་པ་ལས་ཡུལ་དབུས་ཀྱི་མཁས་པ་
 དག་ནི་རྩ་ལྗོངས་འདི་དགོན་པར་ཀྱ་ས་ན་ཞེས་བྱ་བའི་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་དེ་ལྟར་
 བཀའ་བསྐྱབས་གསུམ་པར་མཛད་པར་བཞེད་དོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། འདི་
 ནི་མདོ་ཡུགས་ཀྱི་ཆོས་འབྱུང་ལོ་རྒྱུས་ཡིན་ཞིང་། གསང་སྤྱགས་ཡུགས་ཀྱི་དམ་
 ཆོས་བྱང་ཚུལ་རེ་ཞིག་འདིར་མ་སྤྱོད་སོ། །

གཉིས། བོད་དུ་ནང་ཆོས་དར་ཚུལ།

བོད་དུ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་བསྐྱེན་པ་ཐོག་མར་དར་བའི་དུས་ནི་སྤྱི་ལོ་
 ༦༣༥ལོར། པའི་ཆོས་རྒྱལ་སྤྱིར་བཙན་སྐམ་པོས་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྱིད་བཟུང་བ་དང་།
 མཐའ་བཞིའི་རྒྱལ་ཁབ་ནམས་དང་། འབྲེལ་བ་བྱས་ནས་རིག་གནས་དར་རྒྱས་
 བྱང་། སྤྱི་ལོ་༦༩༩ལོར་བྱ་མི་སམ་ཚོ་ཏཱ་ཀྱ་གར་དུ་སློབ་སྦྱོང་དུ་བྱང་། ལོ་དུག་
 གི་རིང་ལ་ལེགས་སྤྱར་གྱི་སྐད་ཡིག་བསྐྱབས་པས་མཁས་པ་ཆགས། ཕྱིར་བོད་དུ་
 ཐེབས་ནས་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་མདོ་རྒྱད་ཉེར་གཅིག་སོགས། དམ་ཆོས་འགའ་
 ཞིག་གི་གཞུང་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དུ་བསྐྱར། དེ་ནས་བཟུང་བོད་དུ་ནང་ཆོས་དར་
 བའི་འགོ་རྒྱུགས་པ་རེད། བོད་དུ་དར་བའི་ཆོས་ལ་མདོ་ཡུགས་ལ་བྱད་པར་མེད་

ཀྱང་སྤྲུགས་ལུགས་ལ་གསང་སྤྲུགས་གསར་ཆིང་གི་ཐ་སྐད་བྱང་ཡོད་པ་རེད། དེ་
 ཡང་སྤྱི་ལོའི་རུས་རབས་བརྒྱད་པ་དང་དགུ་པ་སོགས་ཀྱི་ནང་ལོ་ཚུ་བ་བའི་རོ་ཅ་ན་
 དང་། སྐྱེ་ཅོག་ཞང་གསུམ་སོགས་ཀྱིས་བརྒྱུར་བའི་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་གཞུང་རྣམས་
 ལ་གསང་སྤྲུགས་ཆིང་མ་ཞེས་ཟེར། དཔེར་ན། བཀའ་དགོང་ཕུར་གསུམ་ཞི་ཁྱོ་
 ལ་སོགས་པ་རྣམས་སོ། །སྤྱི་ལོའི་རུས་རབས་བརྒྱ་གཅིག་པའི་ནང་རུ་ལོ་ཚུ་བ་
 རིན་ཆེན་བཟང་པོ་དང་། མར་པ་ལོ་ཚུ་བ་རྣམས་ཀྱིས་བརྒྱུར་བའི་གཞུང་རྣམས་
 ལ་གསང་སྤྲུགས་གསར་མ་ཟེར། དཔེར་ན། བདེ་དགེས་གསང་གསུམ་རུས་ལམོར་
 ལ་སོགས་པ་རྣམས་སོ། །བོད་རུ་ནང་པའི་གྲུབ་མཐའ་སྤྱི་བ་རྣམ་པའི་ནང་ནས་
 མཁས་གྲུབ་གཉིས་ལྟ་བུ་གི་སྤྱི་སྤྱུལ། གངས་མེད་པ་ཞིག་བྱང་ཡོད་པའི་ནང་ནས་
 དམིགས་བསལ་རུ་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་ལ། མཛད་རྗེས་ཆེ་བའི་བཤད་སྟུག་ཤིང་
 རྟ་བཅོ་བརྒྱད་ཅེས་པ་ཞིག་བྱང་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལས་དང་པོ་བཤད་སྟུག་འདེགས་
 པའི་ཀ་ཆེན་བརྒྱ་ནི། ཤེས་བྱ་ཀྱན་བྱབ་ལས། ཆོས་སྟོན་ཐོན་མི་བའི་རྟ་ཅོག་ཞང་།
 གཞུབས་ཆེན་རིན་བཟང་རྟོག་ལོ་ས་སྤྱི་པ། བྱ་སྟོན་བཤད་སྟུག་འདེགས་པའི་ཀ་
 ཆེན་བརྒྱ་ ཞེས་སོ།

སྟུག་བརྒྱད་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོ་བརྒྱད་ནི། ཤེས་བྱ་ཀྱན་བྱབ་ལས། བོད་ལྷལ་སྟུག་
 བརྒྱད་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོ་བརྒྱད། ཆིང་མ་བཀའ་གདམས་ལམ་འབྲས་བཀའ་བརྒྱད་
 པ། ཤང་པ་ཞི་བྱེད་སྟོར་རྒྱལ་བསྟོན་སྟུག་པོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།

༡ སྤྱི་འབྱུར་ཆིང་མ་པ། ཆིང་ཆོས་ཀྱི་མཆོན་གཞི་ནི། 《ཤེས་བྱ་ཀྱན་
 བྱབ་》ལས། སྤྱི་འབྱུར་གཞུང་ཤིང་མདོ་སྟུ་སེམས་གསུམ་སྟེ། སྟུག་སྟེ་བྱར་རྒྱན་
 གསང་སྟོར་སྟོག་གི་ཤིང་། ཞེས་སོ། བརྒྱད་པའི་རིམ་པ་ནི། སྟུག་དཔོན་པ་
 འབྱུང་གནས་ལས་བརྒྱད་པ། 《ཤེས་བྱ་ཀྱན་བྱབ་》ལས།

གངས་ཅན་བསྟན་པའི་ཤིང་རྟ་བྱི་སྟོང་རྗེའི། །

ཐུགས་བསྐྱེད་གཞུང་རུ་མེད་པའི་བཀའ་དྲིན་ལས།

སངས་རྒྱས་གཉིས་པ་པརྒྱ་ཀ་ར་ཡིས། །

ཐུན་མོང་སྤང་དོར་ལྟ་བྱེད་ཅམ་ཞིག་གསུངས། །

སྐལ་ལྷན་ནམས་ལ་སྐབ་པ་ལྡེ་བརྒྱད་སོགས། །
 སྒྲིན་གྲོལ་གདམས་པ་བསམ་མི་བྱབ་པར་བསྐྱལ། །
 མ་འོངས་འགྲོ་ལ་དགོངས་ཏེ་གཏེར་མང་སྤྲུལ། །
 སྒྲོམ་གྱ་གསུམ་སོགས་གྲུབ་ཐོབ་བབྱང་ཡས་བྱང་། །

ཞེས་གསུངས་པ་ནི་སྒྲོབ་དཔོན་པལ་འབྱུང་གནས་ལས་བརྒྱད་པའི་གསང་
 རྒྱལ་སྤྱིར་མའི་གདམས་ངག་དང་། དེའི་རྒྱན་འཛིན་རི་ལྷར་བྱང་ཚུལ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་
 སྤྱིར་བཏུས་ཤིག་ཡིན། དེ་ཡང་གྱི་ལོ་755པའི་ཤིང་ལུག་ལོར་བྱི་སྒོང་ལྷེ་ཕུ་བཙན་
 བོད་རྒྱལ་སོ་བརྒྱད་པའི་བྱིར་འཁོད། རྒྱལ་པོ་བྱི་སྒོང་ལྷེ་ཕུ་བཙན་གྱིས་རྒྱལ་སྤྱིར་
 ཐོག་མར་སྒྱིང་བའི་རུས་བོན་པོ་དང་། རང་ཆོས་བར་གྱི་འགལ་བ་བྱུང་ཚུལ་བོན་
 ཆོས་བསྐྱབས་ཚུལ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་མང་པོ་ཡོད་པ། འདིར་སྐབས་ཐོབ་གྱི་བརྗོད་བྱ་མ་
 ཡིན་པར་རེ་ཞིག་བཏང་སྒྲོམས་སུ་འཛིན་ཅིང་། སྐབས་འདིར་གོང་གསལ་ཤེས་
 བྱ་ཀུན་བྱབ་གྱི་ཙྰ་ཆོག་ལྷར་འགྲལ་བཤད་བྱ་བར། རྒྱལ་པོ་བྱི་སྒོང་ལྷེ་ཕུ་བཙན་
 གྱིས་གྱི་ལོ་761པའི་ལྷགས་སྤང་ལོར་བསམ་ཡས་གཙུག་ལག་ཁང་གི་ཆང་བཏིངས།
 མཁན་པོ་བོ་རྒྱེ་ས་རུས་ས་འདུལ་མཛད་ཀྱང་དེ་ལ་བོད་གྱི་ལྷ་འདྲེ་གདུག་པ་ཅན་
 རྣམས་གྱིས་གོ་ལོང་གིས་བར་ཆད་མང་རུ་བྱུང་བ་ན། ལོ་རྒྱུས་གྱི་སྒྲོབ་དཔོན་པལ་
 འབྱུང་གནས་དེ་བོད་གྱི་ལྷ་སྤྱིན་འདུལ་བའི་ཆེད་རུ་གདན་དྲངས་པར་གྱི་ལོ་763
 པའི་རྒྱ་ཡོས་ལོར་བོད་རུ་ཐེབས། གདུལ་བྱ་ཐུན་མོང་བ་རྣམས་གྱི་སྤྱང་དོར་བོད་
 རུ་རྒྱ་བ་རུག་ཅམ་བཞུགས་ཤིང་། བསམ་ཡས་སུ་མན་ངག་ལྷ་བའི་ཕྱིང་བ་
 གསུངས་ནས་ལོ་རྒྱུས་གྱི་ལུལ་རུ་བྱིར་ཐེབས་པར་བཤད། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་
 སྐལ་བ་དང་ལྷན་པའི་སྒྲོབ་མ་རྗེ་འབངས་ རྣམས་ལ། སྐབ་གནས་ཆེན་པོ་ལྷ་གཙོ་
 བོར་གྱུར་པའི་གནས་རྣམས་སུ། ཆོས་སྐབ་པ་ལྡེ་བརྒྱད་དེ་ཞི་བ་ཁོ་བོའི་སྐབ་
 ཐབས་ཁ་ཆར་དང་བཅས་པ་རྣམས་དང་། འོད་གསལ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་ཡང་
 སྤྱིར་སྤྲུལ་ཞི་རུག་གི་གདམས་ངག་སྒྲོར་རྣམས་གྱི་དབང་ལུང་སོགས་སྒྲིན་གྲོལ་གྱི་
 གདམས་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་གནང་། གདམས་ངག་འགའ་ཞིག་རུས་དེར་
 སྤེལ་བའི་གནས་དང་། དགོས་པ་མེད་པར་གཟིགས་ནས་མ་འོངས་པའི་འགྲོ་བ་

ནམས་ལ་དགོངས་ཏེ་སྤྱགས་བཞི་དབུས་ལཱི་གཏེར་ཁ་ཆེན་པོ་ལྷ་དང་། མིང་
 ཅན་མིང་མེད་པའི་གཏེར་ཁ་མང་པོ་ཞིག་སྤྲས་ཏེ། རྒྱ་རིམ་པ་བརྟན་གྱིས་བཏབ།
 བསམ་ཡས་མཆིམས་སྤྲད་། བྲག་ཡེར་པ། དཔལ་ཆེན་ཚུ་བོ་རི་སྟེ་སྟོམ་གྱ་
 ཆེན་པོ་གསུམ་བཅུགས། གཞན་ཡང་བོད་ཀྱི་རི་བྲག་ཐམས་ཅད་སྐྱབ་གནས་སྤྱ་
 བྱིན་གྱིས་བརྐབས། སྐལ་ལྷན་ནམས་ལ་གདམས་ངག་བསྐྱལ་བས་མཆིམས་སྤྲི་
 གྲུབ་ཆེན་ཉེར་ལ། ཡང་རྫོང་གི་རྟོགས་ལྷན་ང་ལ། ཡེར་པ་དང་ཚུ་བོ་རིའི་འོད་
 ལུས་གྲུབ་པ་བརྒྱ་བརྒྱད་རེ། ཤེལ་བྲག་གི་སྤགས་པ་སུམ་རྩ། འོད་སྐྱར་གཤེགས་
 པའི་མཁའ་འགོ་ཉེར་ལ་སྤགས་གྲུབ་ཐོབ་མང་པོ་བྱང་ཡོད་པར་གྲགས། གྲུབ་ཆེན་
 བེ་རོ་ཅ་ན་ལས་བརྒྱད་ཚུལ། 《ཤེས་བྱ་ཀུན་བྱབ་》ལས།

དཔལ་སངས་སྤྱགས་བཅུད་བེ་རོས་དཀར་བས་བཞེས། །

རིམ་པ་ལྷ་དང་སྤང་སྟོན་ལས་མཆེད་དེ། །

སེམས་སྟོང་གདམས་པས་ཀུན་བཟང་རྒྱལ་གྱིད་བརྒྱན། །

ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་ནི། དེ་ཡང་རྒྱལ་པོ་བྱི་སྟོང་ལྟེ་བཅན་གྱིས་སྟོབ་དཔོན་
 བེ་རོ་ཅ་ན་རྒྱ་གར་དུ་བརྒྱུད་ས། རྩ་ན་གོ་ཤིང་ཅན་དན་ནགས་ཆལ་གྱི་གེའུ་ཆང་དུ།
 རིག་འཛིན་ཆེན་པོ་སྤྱི་སངས་ཏེ་སྟེ་བོད་སྐད་དུ་དཔལ་གྱི་སངས་གེ་དང་མཇལ། དེ་
 ལ་གདམས་ངག་ཁྲུས་པས། རིག་འཛིན་ཆེན་པོས་སྤྱགས་གྱི་བཅུད་ཐམས་ཅད་
 སྤྲངས་ཏེ་རྫོགས་ཆེན་《སེམས་སྟེ་བཅོ་བརྒྱད་》རྒྱད་སྟེ་རྒྱལ་རྩའི་དབང་དང་མན་
 ངག་ཐམས་ཅད། 《སྟོང་སྟེ་དཀར་ནག་ཁྲ་གསུམ་》སྤགས་གནང་། དེའང་ཤིན་
 ཏུ་མ་གསང་ན་རྒྱ་གར་རྒྱལ་པོའི་ཆད་པ་འོང་བར་དོགས་ཏེ། ཉིན་མོ་མཆོན་ཉིད་
 ཀྱི་ཆོས་ལ་སྤྲངས། མཆོན་མོར་ཐབས་དང་རྟེན་འབྲེལ་ལ་བརྟེན་ནས་གསང་
 སྤགས་གྱི་ཆོས་སྟོར་ནམས་བསྐྱབས། ལམ་དུ་འང་སྟོག་ལ་སྤྱག་པའི་དཀར་བ་ལྷ་
 བཅུ་སྐྱད་པ་སྤགས་དཀར་བ་ཆེན་པོས་བཞེས། འདྲ་བའི་དུར་ཁྲོད་ཆེན་པོར་
 དཀར་རབ་རྩི་རྩི་དང་ཡང་མཇལ་ཏེ། རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་འབུམ་སྤག་རྒྱལ་རྩ་
 བཞིའི་དོན་བརྒྱད་ཐོབ། རྒྱང་མཁོགས་གྱི་གྲུབ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བོད་དུ་ཕྱོན།
 གདམས་ངག་དེ་དག་རྒྱལ་པོ་བྱི་སྟོང་ལྟེ་བཅན་ལ་སྟོག་ཆོས་སྤྱ་གསུངས་ཤིང་

དྲངས་པར་སྤུལ་བའི་སྤྲུལ་གྱིས་སྐྱེ་ཅོག་གཉིས་མངགས་ཏེ། སྤྱི་ལོ་༡༥༥༥པའི་ཚུ་
 ཡོས་ལོར་བི་མ་ལ་མི་ཏུ་བོད་ཏུ་གདན་དྲངས། དེས་ཉང་བན་ཤའི་སྤྱན་ཅན་ལ་
 རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་མན་ངག་སྒྲེའི་གདམས་པ་གནང་། ཉང་བན་གྱིས་ཉམས་སུ་
 བླངས་པས་འཇའ་ལུས་འོད་སྐྱེ་ཏུ་དེངས། བི་མ་ལ་མི་ཏུ་དང་ལོ་ཚུ་བ་གཡུ་སྤྱི་
 སྤྱིང་པོ་གཉིས་ལྟན་ཏུ། 《སེམས་སྤྱེ་》 བྱི་འགྱུར་བརྒྱ་གསུམ་བོད་སྐད་ཏུ་བསྒྱུར།
 ཉང་བན་ཏིང་འཛིན་བཟང་པོའི་བཀའ་བརྒྱད་དང་། དཔེ་བརྒྱད་གཉིས་བྱང་
 ཞིང་། བཀའ་བརྒྱད་ནི་སྤྲུལ་སྤྱོད་སྤྱོད་དབང་ཕྱག་ལ་བཞག །དཔེ་བརྒྱད་གཉིས་
 ཏུ་སྤྲུལ། ལྷང་མ་ལྟན་རྒྱལ་གྱིས་དཔེ་བརྒྱད་གཉིས་ནས་བཏོན། བཀའ་བརྒྱད་
 ཀྱང་གསན་ནས། དེའི་གདམས་ངག་སྤྱེ་བཅུན་ཆེན་མོ་ལ་གནང་བས་སྤྱེ་བཅུན་
 ཡང་འཇའ་ལུས་འོད་སྐྱེར་གྲོ་ལ། དེའི་གདམས་རྒྱན་རྒྱལ་བ་ཞང་སྤྱོན་སྤྱོད་སྤྲུལ་
 ལས་རིམ་པར་བརྒྱད་པ་ལ་《བི་མ་སྤྱིང་ཏིག་》ཏུ་གྲགས། པརྒྱ་ལས་འབྲེལ་ཅལ་
 གྱིས་གདམས་ངག་《མཁའ་འགོའི་སྤྱིང་ཏིག་》གཉིས་ནས་བཞིས་ཏེ། ཀམ་པ་རང་
 བྱང་རྩོམ་དང་། ཤོའི་རྒྱལ་སྤྲུལ་ལེགས་པ་ལ་གནང་། ཀམ་པ་རང་བྱང་རྩོམ་དེ་
 དག་སྤྲུང་ཏུ། སྤྱོད་དཔོན་ཆེན་པོ་བི་མ་ལ་རང་གི་མཛོད་སྤྱར་ཐིམ་པ་གཟིགས་
 པའི་རྒྱན་གྱིས་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་དོན་རྩི་བཞིན་པ་ཐུགས་སུ་བྱོན། རྫོགས་པ་
 ཆེན་པོའི་ཟབ་ཆོས་ཐུགས་སྤྱོད་ནས་བྱངས་པ་ལ་《ཀམ་སྤྱིང་ཏིག་》ཅེས་གྲགས།
 ཤོའི་རྒྱལ་སྤྲུལ་ལེགས་པས་ཀྱན་མཁུན་དྲི་མེད་འོད་ཟེར་ལ་གདམས། སྤྱོད་ཆེན་
 པའི་དཔོངས་པའི་སྤྱོད་ནས་བརྩོན་པའི་ཟབ་ཆོས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས། 《སྤྱེ་མ་ཡང་
 ཏིག་》《ཟབ་མོ་ཡང་ཏིག་》《མཁའ་འགོ་ཡང་ཏིག་》《མཛོད་ཆེན་བརྒྱན་
 《ངལ་གསོ་སྐྱོར་གསུམ་》 ཅུ་འབྲེལ་དང་བཅས་པ་འཇའ་ལུས་འོད་སྐྱེ་འགྱུར་པའི་
 བཅོས་ཀྱི་རྫོགས་ཆེན་གསང་བ་ཡང་ཏིག་གི་བསྟན་པ་ནི། ཀྱན་མཁུན་སྤྱོད་ཆེན་
 པ་ཞིས་དགའ་རབ་རྩོམ་གཉིས་པ་ལྟ་བུ་དེས་བྱུང་བཟའ་སྤེལ་བ་རེད། གཙུབས་
 ཆེན་སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ལས་བརྒྱད་རྒྱལ། 《ཤེས་བྱ་ཀྱན་བྱུང་》ལས།

འདུས་པ་གཤེད་སྐྱོར་ལ་སྤྲུལ་གཙུབས་ཆེན་པོས། །

རྒྱ་བལ་བྱ་ཤའི་སྤྱོད་དཔོན་བཞི་ལས་བླངས། །

ཞེས་པའི་དོན་ནི། 《མདོ་དམོངས་པ་འདུས་པ་》ལ་སོགས་ཨ་ཁུ་ཡུང་གི་
མདོ་བཞི་དང་། དེའི་ལམ་རིམ་《འདུས་པ་མདོའི་》དབང་བཤད་མན་ངག་དང་
བཅས་པ། 《གཤེན་རྗེ་གཤེད་ཐུག་ཀྱི་བེལ་གྱིས་གཞོན་པ་》གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་
གཤེད་སྒྲོར་ལ་སོགས་པའི་གདམས་ངག་རྣམས་ནི། གྲུབ་པའི་སློབ་དཔོན་ཆེན་
མོ་གཙུབས་སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་གྱིས། རྒྱ་གར་གྱི་ཁྲག་འབྱུང་ནག་པོ་དང་། ཆོས་
རྒྱལ་སྒྲིང་། བལ་པོ་རྩ་ཁྱ་རྩ་ར། རྩ་ཤེས་སློབ་དཔོན་ཆེ་བཅན་རྒྱུས་བཅས་བཞི་ལས་
སྤངས་ཏེ་འཆད་ཉན་གྱི་རྒྱན་སྤེལ། རྩ་གཉག་གཙུབས་གསུམ་སོགས་ལས་བརྒྱད་
ཚུལ། 《ཤེས་བྱ་ཀུན་ཁྲབ་》ལས།

རྒྱ་འབྲུལ་ཡང་ཡུར་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་བཀའ། །

རྩ་གཉགས་གཙུབས་གསུམ་ནམ་སྟིང་སོ་དང་ཉང་། །

འཁོན་སྟོན་རྩ་གཟིགས་རྒྱངས་དང་འོ་བྲན་རྒྱས། །

རོང་ཟུར་ཚུས་དབུལ་མཆིམས་སྒྲི་གཡུང་ལ་སོགས། །

བཟང་ལ་བར་མ་ཆད་པའི་གྲུབ་པས་བསྐྱངས། །

ཞེས་པའི་དོན་ནི། 《རྒྱ་འབྲུལ་》དང་། 《ཡང་དག》《ཡུར་པ་》རྣམས་གཙོ་
བོར་གྱུར་པའི། གསང་ཐུགས་སྟིང་མའི་རྒྱད་ཐེ་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་བབས་ཀྱི་བརྒྱད་
སློབ་ནི། རྩ་ཐོག་རིན་ཆེན་དང་། གཉགས་རྩ་ཁྱ་རྩ་ར། གཙུབས་ཆེན་སངས་
རྒྱས་ཡེ་ཤེས། གཙུབས་ནམ་མཁའི་སྟིང་པོ། སོ་ཡེ་ཤེས་འབྱུང་གནས། ཉང་ཡེ་
ཤེས་འབྱུང་གནས། འཁོན་སྟོན་རྩ་ཡི་དབང་པོ། རྩ་གཟིགས་རྒྱངས་ཀྱི་གདུང་
རིགས་ལས་ཁམས་པ་གོ་ཆ་དང་། དཔལ་གྱི་སང་གེ་ཕྱི་མ། འོ་བྲན་དཔལ་གྱི་
དབང་ཐུག་རྒྱས་དཔལ་གྱི་གཞོན་ཁུ། རོང་ཟུར་ཆོས་ཀྱི་བཟང་པོ། ཟུར་པོ་ཆེ་ཤུག་
འབྱུང་གནས། ཟུར་རྒྱང་ཤེས་རབ་ཀྱགས་པ། གསང་བདག་སྒྲི་ཐུག་པ་སྟེ་ཟུར་པ་
མེས་དཔོན་གསུམ། རྩ་རིགས་ཀྱི་གདུང་ལས་གཏེར་ཆེན་པོ་སྤྲིང་པ་དང་།
ཆོས་རྒྱལ་གཏེར་བདག་སྤྲིང་པའི་གདུང་རིགས་རྣམས་དང་། དབུལ་འཕགས་པ་
དཔལ་དང་། ཀུན་མཁྱེན་ཆེན་པོ་སྒྲན་ཡུང་གི་སྤྲ་མ་དབུལ་པ་རིམ་བྱོན་དང་།
མཆིམས་ཤུག་སྤྲ་བ། སྒྲི་འོད་འབྱུང་། གཡུང་སྟོན་རྩོ་རྗེ་དཔལ་ལ་སོགས་པ་

མཁས་བཙུན་གྱི་ཡོན་ཏན་བཟང་པོ་ལུལ་རུ་བྱུང་བའི་བར་མ་ཆད་པའི་གྲུབ་པའི་
སྒྲིལ་ཆེན་རིམ་བྱོན་ནམས་ཀྱིས་བསྐྱེད་སྤྱོད་སོ། །

དེ་ཡང་གསང་སྤྲུལ་སྤྱོད་ཅི་ཞིག་པའི་བསྟན་པ་དེ། སྟོན་མར་གཏུགས་ལ་
བབས། བར་རུ་གཏུགས་ལ་བབས། ཐ་མ་བྱུར་ལ་བབས་ཞེས་པའི་བཤད་སྟོལ་
ལྟར་ན། སྟོན་མར་གཏུགས་སྟོན་ཀྱི་ལྷ་ར་ལ་སྟོབ་དཔོན་པ་སྟོང་འབྱུང་གནས་དང་།
པའ་ཆེན་བི་མ་ལ་མི་ཉ། སྟོབ་དཔོན་བི་རོ་ཅ་ན། རྒྱལ་མོ་གཡུ་སྒྲིང་པོ་བཅས་
སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་བཞི་ལས་བཀའ་བློ་བོ་བཞི་འདུས། དེ་ལ་རྒྱ་བོ་བཞི་ནི།
དཔུས་བཤད་གཞུང་གི་རྒྱ་བོ་འགྲེལ་པ་སྟོང་ཐུན་དང་བཅས་པ། སྟན་བརྒྱུད་
གདམས་ངག་གི་རྒྱ་བོ་གནད་ཡིག་དམར་བྲིད་དང་བཅས་པ། ཕྱིན་རྒྱབས་དབང་
གི་རྒྱ་བོ་བསྐྱར་ཐབས་རོ་སྟོང་དང་བཅས་པ། རྒྱག་བཞེས་སྤྱིན་ལས་ཀྱི་རྒྱ་བོ་
བསྟན་སྐྱེད་དྲག་སྤྲུལ་དང་བཅས་པ་ནམས་སོ། །

བར་རུ་གཏུགས་ཀྱི་སྟོབ་མ་དཔལ་མཆོན་བརྒྱུད་རུ་གྲགས་པ་ལས། སྟོན་པོ་
དཔལ་གྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་གདམས་ངག་ནམས། གཏུགས་ཆེན་སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ལ་
བསྟུལ། ཡང་གཏུགས་ནམ་མཁའི་སྒྲིང་པོ་རྒྱ་གར་རུ་བྱོན། གྲུབ་པའི་སྟོབ་དཔོན་
རྒྱ་ཀ་ར་ལས་ཡང་དག་གི་ཆོས་སྟོར་རྫོགས་པར་ཞུས། དེ་ལས་བརྒྱུད་དེ་སོ་ལུགས་
ཀྱི་གདམས་ངག་ནམས་བྱུང་།

ཐ་མ་བྱུར་པོ་ཆེ་ཤུག་འབྱུང་གནས་དང་། རྒྱར་རྒྱུད་ཤེས་རབ་གྲགས་པ། གསང་
བདག་སྟོན་ལུག་པ་དང་གསུམ་ལ་བྱུར་པ་མེས་དཔོན་ནམ་གསུམ་ཞེས་ཟེར། ལྷ་
བཀའ་ཆོས་འབྱུང་ལས། རྒྱར་མེས་དཔོན་ནམ་གསུམ་ཞེས་པ། རྒྱར་པོ་ཆེ་ཤུག་
འབྱུང་གནས། རྒྱར་རྒྱུད་ཤེས་རབ་གྲགས་པ། རྒྱར་ཤུག་སང་གི་དང་གསུམ་
བསྐྱེད་སྤྱོད་འདུག སྤྱིས་ཀྱི་གཏེར་སྟོན་ནམས་ལས་བརྒྱུད་ཚུལ། 《ཤེས་བྱ་ཀུན་
ཁྱབ་》ལས།

མཆོག་གཉིས་སྤྱིར་བརྒྱུད་རུས་ལྡན་ནམས་ལ་སོགས། །

རུས་མཐུན་རིམ་བྱོན་སྟོབ་མ་བཅས་པ་ཡིས། །

རུས་མཐར་སྤྲུལ་བསྟན་མི་རུབ་རྒྱས་པར་མཛད། །

ཞེས་པའི་དོན་ནི། དེ་ལྟར་གསང་སྤགས་དོ་རྗེ་ཐེག་པའི་ཟབ་ཚིག་དེ་དག་ཡོ་
 གྱུན་གྱི་སློབ་དཔོན་པ་ལྟ་འབྱུང་གནས་ཀྱིས། སྤྱི་ཚབ་ལས་ཅན་གྱི་སྒྲིམ་བུ་འབྱུང་
 བར་ལུང་བསྟན། གསུང་ཚབ་སྤྱི་གཏེར་ཐུགས་གཏེར་གྱིས་མཆོན་པའི་གཏེར་ཁའི་
 རིགས་བཙོ་བརྒྱད་སྤྲུལ། ཐུགས་ཀྱི་དཔོངས་པ་རྗེ་འབངས་ཀྱོགས་གསུམ་སྟགས་
 ལས་ཅན་གྱི་བུ་ལ་གཏད། སློན་ལམ་གྱིས་རྒྱས་བཏབས་པ་དེ་དག་ཕྱིས་དུས་ལ་
 བབས་པ་ན། ཡོ་གྱུན་ཉིད་ཀྱི་སྤྱུལ་པར་གྲགས་པའི་གཏེར་སློན་རྣམས་ཀྱིས་གཏེར་
 བས་བཏོན་ཏེ་དར་སྤེལ་བཏང་བ་འདི་དག་ཡིན། དེའང་གཏེར་སློན་མཆོག་
 གཉིས་ཞེས་པ་ཉང་རལ་ཉི་མ་འོད་ཟེར་དང་། ལྷ་རྩ་ཚོས་ཀྱི་དབང་ཐུག་གཉིས་ལ་
 ཟེར་ཞིང་དེ་ལ་གཏེར་སློན་གོང་འོག་གཉིས་ཀྱང་ཟེར། སྤྱིང་བརྒྱད་ཅེས་པ་ནི་
 གཏེར་སློན་སངས་རྒྱས་སྤྱིང་པ། རྫོང་སྤྱིང་པ། རིན་ཆེན་སྤྱིང་པ། པ་ལྟ་སྤྱིང་
 པ། ཡོ་གྱུན་སྤྱིང་པ། ཀྱུན་སྤྱིང་སྤྱིང་པ། མདོ་སྤྱིང་སྤྱིང་པ། བསྟན་གཉིས་
 སྤྱིང་པ་བཅས་བརྒྱད་ལ་ཟེར། རུས་ལྷན་ཞེས་པ་རིག་འཛིན་མོད་ཀྱི་ལྷེམ་འབྲུ་ཅན་
 སྟགས་བྱང་གཏེར་ལ་ཡོངས་སྤྱོད་པ་རྣམས་དང་། བདུད་འདུལ་རུས་ལྷན་དོ་རྗེ་
 སྟགས་རུས་ལྷན་ཉིད་གཅིག་རྩ་གྲགས་པ་དེ་དག་ལ་ཟེར། སྟགས་ཞེས་པ་གཏེར་
 སློན་དེ་དག་གི་རྗེས་སྤྱིང་བའི་སྤྱིང་པའི་མཆོན་ཅན། འགའ་ཞིག་བྱང་ཡོད་པ་
 དཔེར་ན་ཡོ་གྱུན་མཆོག་གྱུར་བདེ་ཆེན་སྤྱིང་པ་ལྟ་བུ་རྣམས་སོ། །དེ་ལྟའི་དུས་
 རབས་སོ་སའི་གཏེར་སློན་རིམ་བྱོན་དང་། དེ་དག་གི་ཚོས་བདག་དང་སློབ་མ་
 རྣམས་ཀྱིས་གསང་སྤགས་ཀྱི་བསྟན་པ་འཛིན་སྤྱོད་གནང་བས་དུས་ཀྱི་མཐར་ཡང་
 ས་ཆ་དང་ཡུལ་གྱ་ཁོལ་བུ་རྣམས་སྤྱི་སྤྱི་གསུམ་བསྟན་མི་རུབ་པར་རྒྱས་པར་མཛད་
 ཏོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

༩ ཞུ་བའི་བྱུང་མཐའ། ཆེ་བ་བཞི་ལྷན་གྱི་ཞུ་བ་ཞེས་པ་ནི། སྤྱི་ལ་
 ༡༥པའི་ཐུགས་འབྱུག་ཡོད། ལྷེ་བཙུན་ཤེས་རབ་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་ཞུ་བའི་གསེར་
 ཁང་ཉེན་བཉེན་པ་དང་བཅས་པ་བཞིངས། དེ་ཡང་རྒྱ་ར་རྒྱ་ཐའི་ཐུང་ཡུལ་སྤོད་
 སྤོད་བར་གསུམ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ལས། མཁས་གྲུབ་དུ་མའི་འབྱུང་གནས་དཔལ་ཞ་
 ལུའི་གསེར་ཁང་འདི་ནི། ལོ་སློན་གྱི་ཉེ་གནས་ལྷེ་བཙུན་ཤེས་རབ་འབྱུང་གནས་

གྱིས་ལོ་སྟོན་ལ། བདག་གིས་མདའ་སྟོབས་པར་གནས་གཞི་ལྷ་ལྷ་ཙམ་གཅིག་
 བཅིགས་པར་ལྷ་ལྷས་པས། དེ་བཞིན་གྱིས་གསུངས། དེ་ནས་ཕྱག་མདའ་གསེར་
 གྱིས་བཀའ་ནས་སྤུལ་བས། ལོ་སྟོན་གྱིས་ཕྱག་བསེར་བསེར་ལན་གསུམ་མཛད་
 བས། རྩེ་བཅུན་ཤེས་རབ་ཆེ་གསུངས་ནས། མདའ་འཕངས་པས་ད་ལྟའི་བཅུན་
 ཁང་རྒྱིང་མའི་མདའ་འབུམ་ཞེས་གྲགས་པ་འདི་ཡིན། དེ་ནས་རྩེ་བཅུན་རང་
 གིས་ལྷ་ལྷའི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་དབུ་ཅེ་རུབ་མ་གཉིས་ཀྱི་སྟོ་བྱང་གཉིས། ཤར་
 མའི་ཡུམ་ཆེན་མོའི་སྟེང་མན་དང་འོག་ད་ལྟ་མགོན་ཁང་བྱས་པ་འདི་དེ་རུས་
 བཞེངས་སོ། རྒྱ་རིན་པོ་སྒྲ་ཆོགས་ལས་གྲུབ་པའི་གྲུ་རུའི་སྒྲ་བཞེངས། ད་ལྟ་རང་
 རྩོན་བཞུགས་པའི་སྟོ་སྟོགས་ན་ཞལ་བྱང་གཟིགས་ནས་བཞུགས་པ་དེ་ཡིན། དེ་ལ་
 གསོལ་བ་བཏབ་པས། རྒྱ་གར་རྩོམ་ཆེའི་གདན་ན། རྩོམ་ཁ་ས་སྤྱ་ཅི་དེ་བཞིན་
 གཤེགས་པ་དགྲུང་ལོ་བཅུ་གཉིས་པའི་སྒྲ་ཆད་བྱང་པར་འཕགས་པ་ཞིག་འབྱོན་
 པར་འདུག་པས། གདན་རྩྱངས་གསུངས། རྩེ་བཅུན་གྱིས་གདན་འདྲན་པའི་འདུན་
 པ་མཛད། དགྲུང་ལོ་དོན་གཉིས་པར་བོད་ཀྱི་སྟོམ་པ་འདི་མ་དག་པར་ཤེས་ནས།
 ལྷ་ལྷ་དགེ་འདུན་ཆོས་སྟེ་དང་བཅས་པ་འགོ་པ་ཡེ་ཤེས་གཡུང་རྒྱུད་ལ་གཏད། དེ་
 རུས་ལྷ་པ་ཀ་བ་བཞི། གཏུང་མ་བརྒྱད་བྱང་ཟེར། དེ་ནས་རྩེ་བཅུན་རྒྱ་གར་རྩོ་
 རྩོམ་ཁ་ས་སྤྱ་ཅི་དེ་བཞིན་ལ་བྱོན་ནས། རྩོམ་ཁ་ས་སྤྱ་ཅི་དེ་བཞིན་ལ་སྤྱོད་པ་ཀ་ར་ལས་
 སྟོམ་པ་བྲངས། ཆོས་མང་པོ་ཞུས། སྒྲུན་རས་གཟིགས་ཁ་ས་སྤྱ་ཅིའི་སྒྲ་སྒྲུན་
 གྲངས། རྩེ་བཅུན་གྱིས་གཙུག་ལག་ཁང་བཞེངས་པའི་རྩེས་སྒྲ་རྩེ་བཅུན་གྱི་པ་
 ཡུལ་འབུམ་གྱི་རྩོ་རྩོ་སྟག་གི་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་བྱ་གཡུ་ཐོག་སྒྲ་གསེར་བཟང་བྱ་བ།
 བཅུན་པར་བཅུག ཉེ་གནས་བཅོལ་བ་དེ་རྩེས་སྒྲ་ལྷ་ལྷའི་མཁན་རབས་གསུམ་པ་
 བྱས། གཡུ་ཐོག་སྒྲ་གསེར་བཟང་། དེ་ཉིད་བསྐྱབ་པ་འཆལ་བ་དཔོན་བརྒྱད་རུ་
 སོང་། བསྐྱབ་པ་བྱང་པོ་གྲགས་སེང་ལ་གཏད། གཡུ་ཐོག་སྒྲ་གསེར་བཟང་གི་
 རུས་སྒྲ་ལྷ་ལྷའི་རྩོ་པོ་རང་བྱོན་འདི་རྟེན། ལྷ་ལྷའི་རི་སྟག་རུ་སྒྲུན་གྲངས་ནས་
 བཞུགས་སྒྲ་གསོལ། རུས་དེར་རྒྱ་མིག་པ་དང་། ལྷ་ལྷའི་བར་དམག་འབྲུག་ལངས།
 རྒྱ་མིག་པས་རྩོ་པོ་རང་བྱོན་བརྒྱས་ཏེ་བྱིན་པས། རྩོ་མོ་རི་སྟག་པས་རྩེ་འཕྱིང་

བརྒྱབ་ནས་གར་ཡང་བཤོད་མ་ཐུབ། མི་འཇིགས་པ་དོ་རྗེའི་སྐྱར་བྱིན་གྱིས་
 བརྒྱབས་ནས་ཁུར་གྱང་མ་ཐེག་ བཅག་གྱང་མ་ཆག་པ་འདུག དེ་དུས་རྒྱ་གར་
 དང་། བལ་པོ། དབུས་གཙང་བཅས་ཀྱི་ཡོན་བདག་མང་པོ་བྱང་བའི་ནང་ནས།
 བལ་པོའི་ཡོན་བདག་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱན་བཟང་དང་། ཞ་ལུའི་རི་ཞོལ་རྣམས་སུ་
 མཆོད་རྟེན་བཞེངས་པ་དང་སྐྱ་ཡང་བལ་པོའི་མཆོད་རྟེན་དུ་གྲགས་པ་རྒྱན་གོང་
 གི་རུབ་སྟོང་ན་ཡོད་དོ། དེ་ནས་ཞ་ལུ་པ་དང་རི་ལུག་པ་བཀའ་བཤོས་ཏེ། རྩོམ་
 རང་བྱོན་ཞ་ལུར་འགོ་དོན་ཆེ་བ་ཡོད་སྟེ་ནས་རྩོམ་ཞ་ལུར་རྒྱན་དངས་ཏེ་
 བཞུགས། སྐབས་དེར་རྩོམ་གཙང་ཁང་དུ་བཞུགས་སུ་གསོལ་སྟེ་མ་པ་དང་། ང་
 མའི་པང་ན་བྱ་སྟོང་པ་བཞིན་ཡིན་ཞེས་གསུང་འབྱོན་པས། སྐྱ་སོར་རྒྱ་གར་ནས་
 གདན་དངས་པའི་རྒྱན་རས་གཟིགས་ཁ་སར་ཕུ་ཁྱི་དེའི་སྐྱ་པང་དུ་བཞུགས་པ་
 འདི་ཡིན། ཞེས་གསུངས་སོ། ཞ་ལུའི་མཁན་རྒྱུད་ནི། དང་པོ་ཆེ་བཅུན་ཤེས་རབ་
 འབྱུང་གནས། དེ་ནས་གཙུང་ཆེ་བཅུན་ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས། ཁུ་བོ་གཡུ་ཐོག་སྐྱ་
 གསེར་བཟང་། ཁུང་པོ་གྲགས་མེད་། མཁན་པོ་མངོན་པ་བ། ཞ་ལུ་གཞོན་
 བཙོན་པ། ལ་ཆོས་བྱང་པ། ལ་མེས་ཆེན་པོ་སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དུས་སུ་མཁན་
 པ་ཆེན་པོ་དབུས་སྟོན་མེད་གའི་འོད། མཁན་པོ་འདུལ་འཇོན་པ། མཁན་པོ་
 གྲགས་གཞོན་པ། ཁྱོ་ལུའི་བྱ་སྟོན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་དགྲང་ལོ་སོ་གཅིག་པ་ཞ་
 ལུའི་གདན་སར་རྒྱན་དངས་ནས་མཁན་པོ་ལོ་སོ་བདུན་མཛད། དེ་རྗེས་སྐྱགས་
 སྐས་ལོ་ལྔ་རིན་ཆེན་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་མཁན་པོ་ལོ་གསུམ་མཛད། དེ་རྗེས་འཇམ་
 དབྱངས་གྲགས་པ་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་མཁན་པོ་ལོ་ང་གཉིས་མཛད། དེ་རྗེས་མཁན་
 གྲུབ་སངས་རྒྱས་དཔལ་རིན་པས་ལོ་བརྒྱད། དེ་རྗེས་འཁྲལ་ཞིག་ཚུལ་གྱིས་རྒྱལ་
 བས་ལོ་ཉེར་བདུན། དེ་ནས་ཀྱན་མཁྱེན་ཆོས་ཀྱན་དཔལ་བཟང་གིས་ལོ་བཅུ་
 བདུན། དེ་ནས་ཆོས་རྗེ་བཤེས་གཉེན་བཟང་པོ་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་ལོ་བཅུ་གཅིག་
 གནང་བ་སོགས། རིམ་བཞིན་ད་ལྟའི་བར་མཁན་རབས་རྒྱན་མ་ཆད་པར་འཕེལ་
 ལོ། རབ་བྱུང་ལྷ་པའི་ལྷགས་སྟེལ་སྟྱི་ལོ་༡༣༡༠ལོར་ཞ་ལུ་དགོན་པ་ཉམས་གསོ་བྱས།
 ཁྱོ་ལུ་དགོན་ནས་བྱ་སྟོན་རིན་པོ་གདན་དངས། སྐབས་དེར་ཞ་ལུ་རི་ལུག་བདེ་

ཆེན་ཆོས་ཀྱི་ཕོ་བྲང་གི་གཙུག་ལག་ཁང་ཆེན་པོ་དག་འདུན་ཕྱི་དང་བཅས་པ་
གསར་སྐྱོན་མཛད། གྲུབ་མཐའ་ཞུ་ལུ་ལུགས་ཡིན། ད་ལྟ་བོད་རང་སྤྱོད་སྤྱོད་ས་
གཞིས་རྫོང་ཁོངས་སུ་ཡོད། སྤོན་ཞུ་ལུ་ཆོས་རྒྱུད་ལ་ཀ་བཞི། གདུང་མ་བརྒྱད།
བྱང་རུ་སེང་གེ་རལ་པ་ཅན་དང་དགུ ལྷམ་བདུན་ཅུ་ཐམ་པ་ཞེས་ཡོངས་སུ་
གྲགས་པའི་ཆོས་སྤེལ་གཤམ་ཞིག་བྱང་ཡང་། དེང་རུས་ནི་ཞུ་རང་ཉིད་མ་
གཏོགས་དགོན་ལག་གཞན་ཉམས་པར་འདྲ། དེ་ཡང་ཀ་བ་བཞི་ནི། དགའ་སྤྱོད་
དམ་པ་ཆོས་ཀྱི་ཀ་བ། ཀྱ་རི་བྱ་སྐྱུས་ཁ་དྲག་དཔུང་པའི་ཀ་བ། གཡུས་སྐྱུ་མ་ནོར་
ཀྱི་ཀ་བ། བེ་སེར་མཐུའི་ཀ་བ་བཅས་སོ། །
ཞུ་པའི་ཆེ་བ་བཞི། ལས་ཀ་བཞི་ཡིན་པས་ཆེ་བ། ཡོན་བདག་བཅད་པོ་ཡིན་
པས་ཆེ་བ། སྤོན་པ་རྒྱ་གར་བ་ཡིན་པས་ཆེ་བ། རུས་པ་ལྷུ་ཡིན་པས་ཆེ་བ་བཅས་
ཀྱི་ཆེ་བ་དང་ལྷན་པའི་བོད་རུ་རང་རྒྱལ་ཐུབ་པའི་གྲུབ་མཐའ་ཞིག་ཡིན།

༥ བཀའ་གདམས། 《ཤེས་བྱ་ཀུན་ཁྱབ་》ལས།

རྩོ་བོས་ལྟ་སྤྱོད་གཙོར་སྤོན་གཞུང་གདམས་དང་། །

ཟུང་འབེལ་བྱང་རྒྱབ་ལམ་གྱི་སྤོན་མ་བསྟན། །

ནག་ཚོའི་བཀའ་བརྒྱུད་ལ་སོགས་མཐའ་ཡས་ཀྱང་། །

གཙོ་བོར་སྤོན་རས་གཟིགས་དབང་འབྲོམ་གྱི་རྒྱུད། །

ལྟ་ཆོས་བདུན་ལྷན་བཀའ་གདམས་རིན་པོ་ཆེ། །

སྐྱུ་མཆེད་གསུམ་སྟོལ་གཞུང་གདམས་མན་ངག་པ། །

འཕགས་ཆེན་རུ་མས་བྱང་རྒྱབ་ལམ་བཟང་སྟེལ། །

ལུགས་དེ་གྲུབ་མཐའ་ཡོངས་ལ་ཁྱབ་མོད་ཀྱང་། །

ཕྱིས་སུ་འཇམ་དབྱངས་རྣམ་འཕུལ་ཙོང་ཁ་པས། །

གཞུང་ལམ་གཙོར་བཏོན་བཀའ་གདམས་གསར་མར་གྲགས། །

ཞེས་པའི་དོན་ནི། རྩོ་བོ་རྩོ་བོ་དེ་རུ་གདན་དྲངས་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཞིན།
དེ་ཡང་བོད་རུ་བསྟན་པ་ཕྱི་དར་གྱི་རུས་སུ་རང་སྤྱོད་གང་དུན་གྱི་གསར་སྐྱུས་
ལ་ཁ་གཡར་ནས་བོད་འབངས་རྣམས་ལ་མགོ་བསྐྱོར་གཏོང་མཁན་ཆོས་ལོག་བྱེད་

མཁན་མང་པོ་ཞིག་བྱང་ཁིང་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་གནོད་འཚེ་ཆེན་པོ་བྱང་སྐབས་
 ལྷ་ལྷ་མ་ཡེ་ཤེས་འོད་སྟགས་བོད་ཀྱི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཆོས་ལོག་ལ་དགག་པ་
 བྱས་ཀྱང་བཀག་མ་ཐུབ། དམ་ཆོས་ཡང་དག་དེ་རྒྱ་གར་ནས་དར་བ་ཡིན་ཅིང་
 ཆོས་དང་ཆོས་མིན་རྣམ་པར་འབྱེད་ཅིང་ཆོས་ལོག་སྤྱན་འབྱེན་པའི་ཆེད་དུ་ལྷ་ལྷ་
 མ་ཡེ་ཤེས་འོད་ཀྱིས་རྒྱ་བཙོན་འགྲུས་སེང་གེ་ལ། གསེར་མང་པོ་བསྐྱར་ཏེ་རྒྱ་གར་
 དུ་ཇོ་བོ་རྗེ་གདན་འདྲེན་ལ་བཏང་ཡང་སྤྱན་མ་འདྲོངས། ལྷ་ལྷ་མ་ཡེ་ཤེས་འོད་
 འདའ་ཁའི་ཞལ་ཆེམས་ལྟར། ལྷ་བཙུན་བྱང་ཆུབ་འོད་ཀྱིས་ནག་ཆོ་ལོ་ཚུ་བ་ཆུལ་
 བྲིམས་རྒྱལ་བ་རྒྱ་གར་དུ་ཆོས་སློབ་དུ་མངགས་པ་སྐྱར་ཡང་ཡུལ་དུ་འཁོར་བ་དང་
 ཇོ་བོ་རྗེ་བོད་དུ་གད། ན་འདྲེན་ཁྱེད་གོས་པའི་སྒྲོར་རྣམས་གསུངས་ཏེ་སྐྱར་ཡང་
 གསེར་མང་པོ་དང་བཅས་རྒྱ་གར་དུ་མངགས། སྐབས་དེར་བི་ཀྲ་མ་སྤྱི་ལའི་
 གཙུག་ལག་ཁང་དུ། རྒྱ་བཙོན་འགྲུས་སེང་གེ་ཆོས་ལ་སློབ་གཉེར་བྱེད་བཞིན་པ་
 དང་མཇལ་ཏེ་ཁོང་གཉིས་གྲོས་མོལ་བྱས་ཏེ་མཐར་སྦྱི་ལོ་༡༠༥༥པའི་ཆུ་རྟ་ལོར་ཇོ་
 བོ་རྗེ་བལ་ཡུལ་བརྒྱད་དེ་མངའ་རིས་གྲག་ཏུ་སྤྱན་འདྲེན་ཁྱུས། ཇོ་བོས་དབུ་མའི་
 ལྷ་བ་དང་། འདུལ་བའི་སྦྱོང་པ་གཉིས་གཙོར་སྟོན་ནས། གཞུང་ལུགས་དང་
 གདམས་ངག་གཉིས་བྱུང་དུ་འབྲེལ་བའི་བསྟན་བཅོས། བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྟོན་
 མེ་ཞེས་པ་བཅུམས། དེའི་ནང་དུ་སྦྱེས་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཡོངས་སུ་
 ཇོགས་པར་བསྟན་ཅིང་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིང་པོ་ཐམས་ཅད་དེའི་ནང་དུ་འདུས་
 པར་མཇེད་པ་ལ་ཇོ་བོ་བཀའ་གདམས་པ་ཟེར། བཀའ་གདམས་པ་ཞེས་པའི་
 སྒྲ་དོན་ནི། སྤྱན་སྒྲ་རིན་ཆེན་འཕེལ་གྱི་ཞལ་ནས། རྒྱལ་བའི་བཀའ་ལས་ཡི་གེ་ན་
 གཅིག་ཀྱང་བཞག་དུ་མེད་པར་གདམས་ངག་དུ་གོ་བ་ལ་ཟེར། །

༤ ཇོ་དོང་པའི་བྱུབ་མཐའ། འདུམ་སྤག་གསུམ་བརྒྱད་པོ་དོང་པ། ཇོ་དོང་
 པའི་གདམས་ངག་བརྒྱད་ཆུལ་མདོར་བསྐྱས་ནི། (1) ཇོག་མར་ཇོ་དོང་ཞི་
 དགོན་པ་ནི། རབ་བྱུང་དང་པོའི་ས་སྤང་སྦྱི་ལོ་༡༠༥༥ལོར་དགེ་བཤེས་ལྷ་ཏ་པས་
 ལུག་བཏབ། དེ་རྗེས་གཉན་ལོ་ཚུ་བས་པརྟེ་ཏ་འདུམ་སྤག་གསུམ་པ་བོད་དུ་གདན་
 སྤངས་ཏེ་གནས་དེར་ཕེབས་སྐབས་པརྟེ་ཏས། ས་གའི་དགོན་རྒྱུད་དེ་སྤྱི་བཏབ་

ཞེས་གསུངས་པར། ལུ་ཏུ་བས། བདག་གིས་བཏབ་པ་ལགས་སྒྲ་མ་མཉེས་ན་ལུ་ལ་
ཆོག་ཅེས་ཞུས་པས། པརྟེ་ཏུས། རུང་ཞེས་གསུངས་ཏེ་ཆོས་ལྷ་བཏབ་པས་པར་ཆེན་
འབུམ་ཕྱག་གསུམ་པའི་གདམས་ངག་གི་འཆད་ཉན་གྱི་མཛད་འཇིག་རྒྱས།

(2) བོ་དོང་རིན་ཆེན་ཅེ་མོ། རབ་བྱང་གསུམ་པའི་རྒྱ་བྱི་སྤྱི་ལོ་༡༡༧༢ལོར་བོ་
དོང་རིན་པོ་ཆེ་རིན་ཆེན་ཅེ་མོ་སྐུ་འཁྲུངས། སྐུ་ནར་སོན་པ་དང་སྤྱི་ལོ་མ་སེ་མོ་ཆེ་
བ་ལས་རུས་གྱི་འཁོར་ལོའི་གཞུང་བཤད་མན་ངག་དང་བཅས་པ་ཞུས། བོ་དོང་
རུས་ཁོར་ལྷ་ཆེན་ཞེས་པའི་ལྷ་སྐུ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཀྱང་བཞེངས། ལྷན་ཐོག་གཅིག་རྒྱ་
རུས་འཁོར་བསྟེན་པ་བྱེ་བ་གཅིག་རྫོགས་པར་མཛད་པས། སྤྱིན་བསྐྱེད་སྐབས་སུ་
མེ་ལྷེ་དཔལ་བེའུ་དང་། གཡུང་རྒྱུང་འབྲིལ་པ་ལ་སོགས་པའི་རྟགས་མཆོན་བྱང་།
དགོན་འདིར་དཔལ་རུས་གྱི་འཁོར་ལོའི་གཞུང་ལུགས། འཆད་ཉན་སྟོན་སྐབས་གྱི་
བསྟན་པ་རྒྱ་ཆེན་འཕེལ། དགུང་ལོ་ང་གཅིག་པ་སྤྱི་ལོ་༡༢༥༢པའི་རྒྱ་ལྷན་ཁོར་སྐུ་
གསེགས། (3) ལྷན་སྡེ་བ་སེང་གེ་རྒྱལ་མཆོན། རབ་བྱང་བཞི་པའི་རྒྱ་སྤྱི་ལོ་
༡༢༧༢ལོར་འཁྲུངས། སྐུ་ནར་སོན་པ་དང་བོ་དོང་རིན་ཆེན་ཅེ་མོ་ལས་པར་ཆད་
མཛོན་གསུམ་དང་། རྒྱང་པར་རུས་འཁོར་གྱི་དབང་བཤད་མན་ངག་དང་བཅས་
པ་གསན། བོ་དོང་རིན་པོ་ཆེ་སྐུ་གསེགས་རྗེས་གདན་སའི་ཁྱར་བཞེས་ནས་

འཆད་ཉན་རྒྱ་ཆེར་གནང་། ཤོང་སྟོན་སྐུ་མཆེད། དགོན་གཞོན་ཆེ་རྒྱུང་། ལུར་ཤེ་
ཆེ་རྒྱུང་ལ་སོགས་པའི་སྟོན་མ་མཁས་པ་མང་པོ་བསྐྱུངས། དགུང་ལོ་བརྒྱད་རྩ་ཙ་
གསུམ་པ་ཤིང་པོ་རྟའི་ལོ་སྤྱི་ལོ་༡༣༧༤ ལོར་སྐུ་གསེགས། (4) དཔང་ལོ་སྟོ་གོས་
བརྟན་པ། རབ་བྱང་ལྔ་པའི་མེ་བྱི་སྤྱི་ལོ་༡༣༧༤ལོར་ལ་སྟོ་དུ་སྐུ་འཁྲུངས། བྱིས་
པའི་རུས་ནས་མ་ལུམ་གོངས་པས་ལུག་གི་འོ་མས་གསོས། ཆོས་རྗེ་བྱམས་སྤྱིང་པ་
དང་། གུབ་ཆེན་ལྷ་རྒྱལ་པ་གཉིས་གྱིས་དགེ་བའི་བསེས་གཉེན་ཆེན་པོ་ཞིག་འོང་
བ་ལུང་བསྟན། དགུང་ལོ་བརྒྱད་པའི་སྐབས་སུ་མཁན་ཆེན་གསེར་ཁང་པའི་རྒྱང་
རྒྱ་རབ་རྒྱ་བྱང་ནས་འདུལ་བ་མདོ་རྩ་བསྐྱབས། བརྟན་གསུམ་པ་ལ་འདུལ་བའི་

བཤད་པ་མཛད། དེ་ནས་ལྷན་སྡེ་བའི་སྟན་པ་གསན་ནས་ཆོས་རྒྱུ་ཏེ། ལྷན་
སྡེ་བ་ལས་གསང་སྐྱགས་གྱི་གཞུང་མང་པོ་གསན། རྒྱང་པར་རུས་འཁོར་ལ་མཁས་

པར་བསྐྱབས། དགྲང་ལོ་བརྒྱ་དགྲུ་པ་ལ་སྟག་ཇེ་བ་སྐྱ་གཤེགས་པས་པོ་དོང་མེའི་
གདན་སའི་ཁྱར་བཞེས། སྒྲ་དང་། སྟན་ངག་སྦྱངས། ཨ་ཙ་ར་འབྲད་ཚད་ལ་སྐད་
བསྐྱབས་པས། དུད་ཙམ་གྱིས་ཁྱ་ཆེན་གྱི་ལོ་ཚུ་བར་གྱུར། བལ་ཡུལ་དུ་ལན་
བརྒྱན་ཐེབས། སྟགས་གཞུང་མང་པོ་གཞི་འགྱུར་དང་འགྱུར་བཅོས་མཛད། ཏུས་
དེར་ཁོང་ལས་མགོ་འཕང་མཐོ་བའི་མཁས་པ་སྤྱ་ཡང་མེད། ཕྱིས་དབུས་སྤྱོན་
ནས་ནེའུ་ཐོག་དང་། གྲང་ཐང་། སྟག་ཡུང་སོགས་སྤྱོན་ནས་མཁས་པ་མང་པོའི་
སློ་མིག་ཕྱེས། ས་སྦྱའི་གདུང་སྟས་འཇམ་དབྱངས་དོན་ཡོད་རྒྱལ་མཆོན་སྤྱ་མཆེད་
ཀྱིས་ཀྱང་བརྟག་དུ་བཀྱར་ཞིང་། ཏུས་འཁོར་རྒྱད་འགྲེལ་གྱི་དབང་ཡུང་གསན།
སྟོད་ལ་ཙོ་ནས་སྒྲ་རྒྱལ་བར་དུ་སྟན་གསུམ་རྒྱས། དགྲང་ལོ་རེ་བརྒྱན་པའི་རྒྱ་
རྒྱ་སྤྱི་ལོ་༡༣༥༩ལོར་སྐྱ་གཤེགས། (5) དཔང་ལོའི་དཔོན་པོ་ལོ་ཆེན་བྱང་རྒྱལ་ཆེ་
མོ་ནི།རབ་བྱང་ལྷ་པའི་རྒྱལ་སྤྱི་ལོ་༡༣༠༣ལོར་ལ་སྟོད་དུ་སྤྱ་འབྱུངས། རྒྱང་དུའི་
ཏུས་ནས། སྤྱི་གཅེན་པོ་དཔང་ལོ་ཚུ་བ་ལས་ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྐད་སྦྱངས་པས་
མཁས་པར་ཆགས། ཇེ་སྟོད་གསུམ་དང་། རྒྱད་ཇེ་བཞིའི་གཞུང་འགྲེལ་དང་།
དབང་ཡུང་རྣམས་གསན། སྤྱ་མའི་བཀའ་བཞེན་རེ་ཞིག་པོ་དོང་གི་གདན་སའི་
ཁྱར་བཞེས། དཔང་ལོ་ཚུ་བ་དབུས་སྤྱོན་ཐེབས་པའི་ཕྱག་སྦྱིར་དུ་བྱོན། སྟག་ཡུང་
དུ་བཞུགས་ནས་ཐུགས་དམ་མཛད། དགྲང་ལོ་བརྒྱད་ཅུ་གྱ་བརྒྱད་པའི་ལྷགས་
སྤེལ་སྤྱི་ལོ་༡༣༥༠ ལོར་སྐྱ་གཤེགས། ཁོང་གི་དཔོན་པོ་ལོ་ཚུ་བ་གསུམ་པ་རྒྱལ་
མཆོན་དང་། འཇིགས་མེད་གསུམ་པ་རྣམ་གཞིས་ཀྱིས་ཀྱང་པོ་དོང་གི་གདན་ས་
འཇིན་ཞིང་། ཏུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་གཞུང་ལུགས་དར་སྤེལ་གནང་ཡོད། །

(6) འཇིགས་མེད་གསུམ་པ། རབ་བྱང་ལྷ་པའི་ཤིང་ཡོས་སྤྱི་ལོ་༡༣༡༥ལོར་
འབྱུངས། ལོ་ཆེན་ལས་ཏུས་འཁོར་ལ་སོགས་པའི་མདོ་སྟགས་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་མང་
པོ་གསན། མཁས་དབང་བསོད་ནམས་རྣམ་རྒྱལ་དང་། བྱང་པ་རྣམ་རྒྱལ་གསུམ་
བཟང་སོགས་མཁས་པའི་སློབ་མ་མང་དུ་བསྦྱངས། པོ་དོང་གི་གདན་ས་མཛད།
དགྲང་ལོ་དོན་བརྒྱན་པའི་ལྷགས་ལུགས་སྤྱི་ལོ་༡༣༡༧ལོར་སྐྱ་གཤེགས། འདི་ཡན་གྱི་
པོ་དོང་གི་གདན་ས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཉམས་ལེན་འཆད་ཉན་གཙོ་བོར་ཏུས་འཁོར་

གྱི་གཞུང་ལ་གནང་སྒོལ་ཡོད་འདུག། ༡ བོ་དོང་ཚྭ་གས་ལས་ནམ་རྒྱལ། རབ་བྱུང་
རྒྱལ་པའི་མེ་འབྲུག་སྒྲིལ་ལོ་༡༣༧༥ལོར་སྤྱོད་འབྲུངས། དཔུང་ལོ་ལྷ་པར་ཡི་གེ་འབྲི་སྒོག་
སྤྱངས། དཔུང་ལོ་བདུན་པ་གྲུམ་བསམ་གཏན་སྤྱིང་རུ་སྤྱོད་ཞང་གཤམ་པ་རྒྱལ་
མཆན་གྱི་བྱང་ནས་རབ་རུ་བྱུང་། དེ་ནས་བོ་དོང་ཞེ་ཆོས་སྤེར་ཐེགས་ནས་ཆོད་
མ་རིག་པ་སོགས་ལ་བསྐྱབ་གཉེར་གནང་། དཔུང་ལོ་ཉེར་གསུམ་པར་དབྱས་
ཚྭ་གས་སུ་གྲུ་སྤྱོད་ཐེགས་ཏེ་ཆོད་ཐང་རུ་བཤེས་གཉེན་སྤྱོད་ལྷག་ཙམ་གྱི་དབྱས་སུ་
གཞུང་སུ་ཏི་བཙུམ་ལོ་བཤད་པ་མཛད་པས་མཁས་པའི་སྒྲན་གཤམ་རྒྱས། དེ་ནས་
གཙང་ཚྭ་གས་གྱི་བྱང་ཐང་ཆོས་སྤེར་དང་། ཤེལ་དཀར་ཆོས་སྤེར་ལ་སོགས་པའི་དགོན་
སྤེར་རྣམས་དང་། བྱང་པ་སྤེར་དང་། རིན་སྤྱངས་པ་སོགས་དཔོན་རྣམས་ཀྱིས་
དད་གུས་ཆོད་མེད་གྱི་བསྐྱེན་བཀུར་ཐོབ། དཔུང་ལོ་སུམ་ཅུ་ཙམ་ནས་འགོ་
བཙུགས་ཏེ་དེ་ཉིད་འདུས་པ་རྒྱས་འབྱིང་བསྐྱས་གསུམ་བཙོམས་པས་སྒྲིགས་བམ་
བརྒྱ་དང་སུམ་ཅུ་ལྷག་བཙུམས། དཔུང་ལོ་སོ་ལྷ་པའི་ལྷགས་སྤྲུག་སྒྲིལ་ལོ་༡༤༡༠ལོར་
དཔལ་ཁུད་རུ་བརྒྱ་ཆོས་སྤེར་རུ་དགོན་བཏབ་ནས་སྤྱོད་ཆོ་སྤྱོད་རུ་དེར་བཞུགས།
འཁོར་སྒོ་བ་མང་པོ་བསྐྱུངས། དེའི་སྒོ་བ་བརྒྱད་རྣམས་ཀྱིས་སྤོན་ལས་འཕེལ་བ་
ལས་ད་ལྟའི་བར་བོ་དོང་པའི་གྲུབ་མཐའ་ཞེས་པ་འདི་བྱང་ཡོད། །ཆོས་བརྒྱད་
འདིའི་སྤོན་ལས་སྤེལ་ཡུལ་གྱི་དགོན་སྤེར་གཙོ་བོ།

1. བོ་དོང་ཞེ་དགོན་པ། རབ་བྱུང་དང་པོའི་ས་སྤྱང་སྒྲིལ་ལོ་༡༠༥༥ལོར་བཤེས་
གཉེན་སྤྱོད་པས་བཏབ། དེར་རུས་གཙང་ལྷ་ཆེ་རྫོང་ཁོངས་སུ་ཡོད། །
2. བརྒྱ་ཆོས་སྤེར་དགོན། རབ་བྱུང་བདུན་པའི་ལྷགས་སྤྲུག་སྒྲིལ་ལོ་༡༤༡༠ལོར་བོ་
དོང་ཚྭ་གས་ལས་ནམ་རྒྱལ་གྱིས་བཏབ། དེར་རུས་སྤྱོད་དཀར་ཆེ་རྫོང་ཁོངས་སུ་
ཡོད། དགོན་བདག་བསམ་སྤེར་རྫོང་ཆེ་མག་མོ་ཡིན། །

༥ མར་ལ་བཀའ་བརྒྱད། 《ཤེས་བྱ་ཀུན་ཁྱབ་》ལས། བཀའ་བཞི་བརྒྱད་འདུས་
རྣམས་ལོ་ལྷ་པའི་རྒྱལ་ཆོས་མངའ་དགའ་ལོ་ལྷ་བཤད་སྐྱབ་བཀའ། ཀ་ཆེན་བཞིར་

བབས་ཁྱད་པར་མི་ལ་རྗེའི། །སྟན་བརྒྱུད་འཛིན་པ་ཉི་ཟླ་ལྟ་བུ་གཉིས། །ཤུབ་
 རྒྱལ་ཏེ་སྤྱི་ཐུགས་སྤྱོད་རས་རྒྱུད་པའི། །གདམས་ཟབ་གངས་ཅན་ཤུབ་མཐའ་
 ཡོངས་ཀྱིས་གསོས། རྒྱལ་བས་ལུང་བསྟན་དགེ་སློང་འཆོ་བྱེད་སྤྱོད། །འབའ་རོམ་
 བག་ཀྱི་ཆོང་ཆོང་པ་སྟེ། ཆེ་བཞི་ཙ་བའི་བརྒྱུད་འཛིན་བཅས་ཏེ་སྟེ། བག་ཤུའི་
 སློབ་མ་འབྲི་སྟག་ཁྱོ་སྤྱིང་གཉིས། སྤྱོད་ཡོལ་གཡའ་ཤུག་བཞི་ཡ་བརྒྱུད་ལས།
 སྤྱིང་སྤྱོད་འབྲུག་པ་སྟོད་སྤྱོད་བར་དང་གསུམ། དུག་པ་མེད་གེ་རུས་མཁུན་ཙ་
 བའི་བརྒྱུད། ཟུར་མང་གནས་མདོ་གསུམ་སྟེ་ཕྱི་མ་ལས། །ཀར་རྟིང་བརྒྱུད་
 འཛིན་མདོ་སྤྱོད་པལ་ཆེར་བྱའ། །ཁྱད་པར་སྤྱོད་བསྟན་རུབ་རིར་སོན་པའི་ཆོ།
 དཔྱེས་མཛོད་ལོ་ཙྰ་བསམ་བཞིན་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད། བསྟན་པའི་ཉིན་མོར་བྱེད་པའི་
 སྤྱོད་བ་བརྒྱལ། དུགས་པོ་བཀའ་བརྒྱུད་ཤུབ་ཐོབ་ས་ཡི་རུལ། རྒྱལ་བསྟན་རི་
 སྤྱིང་མི་འཆད་ཀྱན་ལས་འཕགས། ཞེས་སོ། །མར་པ་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་གདམས་
 ངག་གི་རྒྱུད་པ་ནི། དེ་ཡང་བཀའ་བརྒྱུད་པ་ཞེས་པའི་སྤྱོད་ན། མདོ་ལུགས་
 ལྟར་ན་རྒྱལ་བ་རྗེས་པའི་སངས་རྒྱུ་བྱེད་པ་མེད་པའི་གདམས་ངག་གི་
 བརྒྱུད་པ་འཛིན་པས་ན་བཀའ་བརྒྱུད་པ་ཟེར། ཐུགས་ལུགས་ལྟར་ན་རྗེ་བཙུན་ཏེ་
 ལོ་པའི་བཀའ་བབས་བཞིའི་གདམས་ངག་རྣམས། ཕྱི་རྒྱལ་བྱེད་པ་ཉམས་
 པར་འཛིན་པའི་ཤུབ་མཐའ་ལ་ཟེར། ཏེ་ལོ་པ་ལ་ཉེ་བརྒྱུད་དང་རིང་བརྒྱུད་ཀྱི་
 བཀའ་གཉིས་སུ་བབས་པ་ལས། རིང་བརྒྱུད་ཀྱི་བཀའ་བབས་བཞི་ནི། ཡོངས་
 གཤམ་ལྟར་ན། རྒྱ་རྒྱུབ་ལྟར་ལ་ལྟ་བ་ལ། །སྤྱོད་པ་བཟང་པོ་དཔེ་ནི། །

བཀའ་བབས་བཞི་ཡི་སྤྱོད་པ་ལོན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ལྟར་ལ་པ་ལས་
 གཏུམ་མོ། ལྟ་བ་པ་ལས་ཆི་ལམ། རྒྱ་རྒྱུབ་ལས་རྒྱ་ལུས་དང་འོད་གསལ། རྒྱ་
 ཁ་སྟེ་ལས་བར་དོ་དང་འཕོ་བའི་བཀའ་བབས་པ་ལ་བཀའ་བབས་བཞི་ཟེར། ཉེ་
 བརྒྱུད་ལྟར་ན། ཏེ་ལོ་པ་ལ་མིའི་སྤྱོད་པ་མེད། ང་ཡི་སྤྱོད་པ་ཐམས་ཅད་མཁུན་པ་
 ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རྗེ་རྗེ་འཆད་དཔོན་ལས་གསང་ཐུགས་རྒྱུད་སྟེ་
 བཞིའི་གདམས་པ་རྣམས་གསུངས། རྗེ་རྗེ་ལྟར་འཕྱོར་མས་སྟན་བརྒྱུད་ནོར་བུ་
 སྟོར་གསུམ་གྱི་མཛོད་གཏད་པས་དེའི་ནང་དུ་གདམས་པའི་བཙུན་ཐམས་ཅད་

འདུས་པ་ཡིན་ཟེར། ཉེ་ལོ་པའི་མདུན་ནས་པའ་ཆེན་ལྷ་རྩེ་པས་དཀའ་ཆེན་བརྩུ་གཉིས་སྤྱད་ནས་ཁྱེས་པའི་མཐར། ཆོག་དང་བར་ལ་བརྟེན་ནས་གསང་སྤགས་ཀྱི་དོན་ཐམས་ཅད་ཁོང་རུ་རྒྱུད་ཅིང་གྲུབ་པ་བརྟེན་པར་བཤད། ལྷ་རྩེ་པས་དཀའ་སྤྱད་བརྩུ་གཉིས་གདམས་ངག་ཁྱེས་པ་རྣམས་སྟོ་བྲག་མར་པ་ལོ་སྟོ་ སྤྱི་ལོ་༡༠༣༠ ལོར་རྒྱ་གར་རུ་བྱོན། པའ་ཆེན་ལྷ་རྩེ་པ་ལ་སྤྲུལ་ཆེས་བསྟོམས་པས་ལོ་བརྩུ་རྒྱལ་དང་ཁྱེ་བ་བརྩུན་ལ་བརྟེན་ནས་དགྲེས་རྩོར་དང་། གསང་འདུས་གཙོ་བོར་བྱས་པའི་རྒྱུད་སྤེམ་མང་པོའི་དབང་བཤད་མན་ངག་རྣམས་ཁྱེས་རྣམས་བཤད་བརྒྱུད་དང་། སྤྱབ་བརྒྱུད་ཀྱི་བཀའ་སྟོན་ཆེན་པོ་གཉིས་བྱང་བ་ནི་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་ཆོས་ཀྱི་མཆོན་གཞི་ཡིན་ནོ།

དེ་ལྟར་མངའ་བདག་མར་པ་ལོ་སྟོ་འི་གདམས་ངག་གི་བཀའ་བརྒྱུན་འཛིན་པའི་སྟོབ་མ་མང་རུ་བྱང་བའི་ནང་ནས། གཙོ་བོར་ཀ་ཆེན་བཞི་ཞེས་གཞུང་གི་རྩིག་སྟོན་ཆོས་རྩོར། དོལ་གྱི་མཚུར་སྟོན་དབང་དེ། གཙང་རོང་གི་མེས་སྟོན་ཆོན་པོ། གུང་ཐང་གི་མི་ལ་རས་པ་དང་བཞིར་བྱང་ཞིང་། དེ་དག་ལས་སྤྲུལ་གསུམ་ལ་གཙོ་བོར་བཤད་པའི་བཀའ་བབས། མི་ལ་བཞད་པ་རྩོ་རྩེ་ལ་སྤྱབ་བརྒྱུད་ཀྱི་བཀའ་བབས། མོས་གུས་དང་སྟོང་རུས་ཀྱིས་དཀའ་བ་སྤྱད་པའི་མཐར་སྤྱོད་ཆེ་གཅིག་ལ་གྲུབ་པའི་གོ་འཕང་བརྟེན། གདམས་ངག་གི་བརྩུད་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་སྟོབ་བྱ་མང་རུ་བྱང་བའི་ནང་ནས། གཙོ་བོ་སྟོན་བརྒྱུད་འཛིན་པ་ཉི་ལྔ་ལྟ་བུ་གཉིས་ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་ནི། རྩེ་བརྩུན་རས་རྒྱུད་པ་དང་། དུགས་པོ་ཁྱེ་འོད་གཞོན་ལྷ་གཉིས་སོ། མར་པ་བཀའ་བརྒྱུད་སྤྲུལ་གཙོ་བོ་མར་མི་དུགས་གསུམ་དང་། དེ་དག་གི་གདན་ས་ནི་མར་པའི་གདན་ས་སྟོ་སྟོ་བོ་ལྷང་། མི་ལ་རས་པའི་གསེས་མཁར་དགུ་ཐོག་དུགས་པོའི་གདན་ས་དུགས་ལྷ་སྤྲུལ་པོ་རྣམས་ཡིན་ནོ།

དེ་ལྟར་རྩེ་བ་དུགས་པོ་བཀའ་བརྒྱུད་ལས་མཆེད་པའི་བཀའ་བརྒྱུད་ཆེ་བཞི་རྒྱུད་བརྒྱུད་ལས་བཀའ་བརྒྱུད་ཆེ་བཞི་ནི།

【༡】 ཀམ་པ་རུས་གསུམ་མཁྱེན་པ་ལས་ཀྱི་ཆོང་བཀའ་བརྒྱུད། ཀམ་པ་རུས་གསུམ་མཁྱེན་པ་ནི། སྤྱི་ལོ་༡༡༡༠པའི་ལུགས་སྤྱག་ལོར། ཁམས་ཀྱི་ཤོད་གངས་ཀྱི་ར་

བ་ཞེས་དེར་རྟེན་དཀར་མཛེས་རྫོང་ར་སྟག་གོང་རུ་འབྱུངས། དབུས་སུ་བྱོན་ནས་
 དྲགས་པོ་རིན་པོ་ཆེར་སྤྲུམ་མར་བསྟེན། སྟོང་ལུང་མཚུར་སྤྲུང་དང་། ཀམ་དགོན། ལི་
 ཐང་ཀམ་པོ་གངས་ར་སོགས་སྤྲུག་སྤྲུང་ཐུགས་ཡོན་ཏན་ཕྱིན་ལས་ཀྱི་གདན་ས་ལྟ་
 བཟུང། སྤྱི་ལོ་༡༡༧༩པའི་ཆུ་སྤང་ལོར་འདས།དེར་རྟེན་ཀམ་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་དགོན་
 པ་གཙུག་པོར་གདན་ས་གོང་འོག་བར་གསུམ་ནི།

1. མཚུར་སྤྲུང་དགོན་པ། རབ་བྱུང་གསུམ་པའི་ལྷགས་ལུག་སྤྱི་ལོ་༡༡༥༧ལོར་རྟེན་
 གསུམ་མཁུན་པ་གནས་འདིར་བཞུགས་ཏེ་ཆོགས་པ་བསྐྱུངས། རབ་བྱུང་གསུམ་
 པའི་ས་ཡོས་སྤྱི་ལོ་༡༡༥༧ལོར། གནས་འདིར་ཀམ་པའི་གཟིམ་སྤྱི་ལ་ཆུང་རུ་ཞིག་
 བཟུང། དེ་ནས་ཁམས་སུ་ཕེབས།དེས་ན་རབ་བྱུང་གསུམ་པའི་ས་བྱ་སྤྱི་ལོ་༡༡༥༧
 ལོར་མཚུར་སྤྲུང་ལྷ་ཁང་བཞེངས་སོ།

2. ཀམ་དགོན། རབ་བྱུང་གསུམ་པའི་ཤིང་རྒྱལ་སྤྱི་ལོ་༡༡༥༥ལོར་ཀམ་པ་དགུང་
 ལོ་དོན་བརྟན་སྐབས་དགོན་པ་འདི་བཟུང། གྲུབ་མཐའ་བཀའ་བརྒྱུད་པ་ཡིན།
 ད་ལྟ་བོད་རང་སྤྱིང་སྤྱོད་ཆབ་མདོ་ས་ཁུལ་ཆབ་མདོ་རྫོང་ཁོངས་སུ་ཡོད།

3. དཔལ་སྤངས་དགོན། རབ་བྱུང་བརྒྱ་གཉིས་པའི་མེ་ལུག་སྤྱི་ལོ་༡༡༩༧ལོར་སི་རུ་
 ཆོས་ཀྱི་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་བཟུང། གྲུབ་མཐའ་བརྒྱུད་པ་ཡིན། ད་ལྟ་དཀར་
 མཛེས་བོད་རིགས་རང་སྤྱིང་ཁུལ་སྡེ་དགེ་རྫོང་ཁོངས་སུ་ཡོད།

【༡】 བག་གྲུ་རྩོ་རྩེ་རྒྱལ་པོ་ལས་བག་གྲུ་བཀའ་བརྒྱུད། བག་གྲུ་རྩོ་རྩེ་རྒྱལ་པོ་ནི།
 སྤྱི་ལོ་༡༡༡༠པའི་ལྷགས་སྟག་ལོར། ཁམས་སྡེ་དགེའི་རྩེ་ཤོད་ཏག་ངོས་སའ་ཁང་རུ་
 འབྱུངས། དབུས་སུ་བྱོན་ཏེ་དྲགས་པོ་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་སྤྲུམ་མར་བསྟེན། ལྷ་ཁའི་
 རྟོགས་ཀྱི་ཕག་མོ་གྲུར་སྤྲུམ་མཚམས་བཞུགས། སྤྱི་ལོ་༡༡༥༤པའི་ས་སྟག་ལོར་གདན་
 ས་མཐེལ་བཟུང། སྟོབ་ཆོགས་རྣམས་ཀྱིས་གདམས་ངག་གི་ཕྱིན་ལས་བཀའ་
 བརྒྱུད་ཆུང་བརྒྱུད་ཅིས་པ་འདི་དག་བྱུང་། སྤྱི་ལོ་༡༡༧༠པའི་ལྷགས་སྟག་ལོར་
 འདས།

【༢】 དཔོན་སྟོ་མཚུལ་ཁྱིམ་སྤྱིང་པའི་སྟོབ་མ་ཞང་ཆལ་པ་བཙོན་འགྲུས་གྲགས་
 པ་ལས་ཆལ་པ་བཀའ་བརྒྱུད། ཞང་ཆལ་པ་བཙོན་འགྲུས་གྲགས་པ་ནི། སྤྱི་ལོ་

༡༡༩༩པའི་ཆུ་ཡོས་ལོར། སྤྱི་ལོ་༡༡༩༩པའི་ཤིང་ལུག་ལོར་
ཆོལ་གྲུང་ཐང་གི་དགོན་པ་བཏབ། སྤྱི་ལོ་༡༡༩༩པའི་ཆུ་སྤང་ལོར་འདས།

【༤】 འབའ་རོམ་པ་དར་མ་རྒྱལ་མཆོན་ལས་འབའ་རོམ་བཀའ་བརྒྱད། འབའ་
རོམ་དར་མ་དབང་ཕྱག་གི་འབྲུངས་འདས་ཀྱི་ལོ་ཆོགས་མ་རྟེན། སྤྱི་ལོ་༡༡༩༩པའི་
ལུགས་སྤང་ལོར་བསམ་གཏན་གངས་བཟང་གི་མདུན་རྒྱ་གདན་ས་འབའ་རི་བོ་
ཆེ་བཏབ།

བཀའ་བརྒྱད་རྒྱུད་བརྒྱད་ནི། རྩོམ་རྒྱལ་པོ་མག་མོ་གྲུ་པའི་སྤོབ་མ་རྣམས་ཀྱིས་
རང་རང་གིས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་གདམས་ངག་རེ་རྩལ་རྒྱ་བཏོན་ནས་ཉམས་
ལེན་བྱས་ཏེ་མཆོག་གི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པའི་བརྒྱད་པ་རྣམས་ཡིན།

【༥】 སྤོབ་པ་འཛིག་རྟེན་མགོན་པོ་ལས་འབྱི་གྲུང་བཀའ་བརྒྱད། སྤོབ་པ་འཛིག་
རྟེན་མགོན་པོ་ནི། སྤྱི་ལོ་༡༡༩༩པའི་ཆུ་ཕག་ལོར་ཁམས་སྐྱོད་རྒྱ་འབྲུངས། སྤྱི་ལོ་
༡༡༩༩པའི་ས་མག་ལོར་འབྱི་གྲུང་མཐིལ་གྱི་དགོན་པ་བཏབ། སྤྱི་ལོ་༡༢༡༩པའི་མེ་
སྤང་ལོར་འདས།

【༦】 ཐང་པ་བཀྲ་ཤིས་དཔལ་བ་ལས་སྤྱག་ལུང་བཀའ་བརྒྱད། སྤྱག་ལུང་བཀྲ་
ཤིས་དཔལ་བ་ནི། སྤྱི་ལོ་༡༡༩༩པའི་ཆུ་བྱི་ལོར་འབྲུངས། ༡༢༠༠པའི་ལུགས་བྱི་
ལོར་སྤྱག་ལུང་དགོན་པ་བཏབ། ༡༢༡༠པའི་ལུགས་རྟ་ལོར་འདས།

【༧】 འགོ་མགོན་རྒྱལ་ཆོ་ཁུ་དབོན་ལས་ཁྱོ་ཕུ་བཀའ་བརྒྱད། ཁྱོ་ཕུའི་འགོ་
མགོན་རྒྱལ་ཆོ་ནི། སྤྱི་ལོ་༡༡༩༩པའི་ས་བྱི་ལོར་འབྲུངས། སྤྱི་ལོ་༡༢༡༩པའི་ལུགས་
ཡོས་ལོར་ཁྱོ་ཕུ་དགོན་པ་བཏབ། ༡༢༡༩པའི་ཤིང་ཡོས་ལོར་འདས།

【༨】 སྤིང་རས་པརྩ་རྩོམ་ལས་སྤིང་རས་བཀའ་བརྒྱད། སྤིང་རས་པརྩ་རྩོམ་
ནི། སྤྱི་ལོ་༡༡༩༩པའི་ས་སྤེལ་ལོར་གཙང་ཐུང་སྟོད་རྒྱ་འབྲུངས། སྤྱི་ལོ་༡༢༡༩པའི་
ལུགས་སྤང་ལོར་སྤེལ་ལོར་དགོན་པ་བཏབ། སྤྱི་ལོ་༡༢༡༩པའི་ས་སྤེལ་ལོར་འདས།

【༩】 ཆོས་རྩོམ་པ་གྲུབ་ཐོབ་ལས་སྤིང་རས་བཀའ་བརྒྱད། སྤིང་རས་ཆོས་རྩོམ་
ནི། སྤྱི་ལོ་༡༢༡༩པའི་ཤིང་ཡོས་ལོར་སྤིང་རས་སྐྱོད་གི་ཆ་ལག་རྒྱ་གཏོགས་པ་
འབྱི་རྒྱ་དང་རྒྱ་རྒྱ་གཉིས་ཀྱི་དབུས་སུ། ཡབ་ལུན་འདུ་སྤྱི་གཙུག་ཅས་བྱ་བ་

དང་། ཡུམ་ཨ་མ་མོ་བདེ་དགའ་གཉིས་ཀྱི་སྲས་སུ་སྐྱེ་འབྱུངས། ཆོས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་
 དགྲའ་ལོ་སུམ་ཅུ་ཅུ་གསུམ་ལོན་པའི་མེ་པག་གྱི་ལོ་༡༡༤༧གི་ལོར་གདན་ས་ཆེན་མོ་
 དཔལ་གྱི་ཤོ་དགོན་ཐུག་བཅུ་བ། དེར་དུས་བླ་ག་གཡའ་རྫོང་ཁོངས་སུ་ཡོད། གྱི་ལོ་
 ༡༢༠༩པའི་ཚུ་ཕག་ལོར་སྐྱེ་གཤེགས།

[[༤]] ཡེལ་པ་ཡེ་ཤེས་བཅེགས་པ་ལས་ཡེལ་པ་བཀའ་བརྒྱད། ཡེལ་པ་ཡེ་ཤེས་
 བཅེགས་པའི་འབྱུངས་འདས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་མ་རྟེན། གྱི་ལོ་༡༡༩༩པའི་ས་སྤེལ་ལོར་
 བྱང་རྟ་ན་དགོན་བཅུ་བ།

[[༥]] ཟ་ར་བ་ཡེ་ཤེས་སེང་གེ་ལས་གཡའ་བཟང་བཀའ་བརྒྱད། ཟ་ར་བའི་སློབ་
 མ་གཡའ་བཟང་བ་ཆོས་སློན་ལམ་གྱིས་གྱི་ལོ་༡༢༠༤པའི་མེ་སྟག་ལོར་གཡའ་བཟང་
 དགོན་བཅུ་བ། ཟ་ར་བ་ཡེ་ཤེས་སེང་གེའི་འབྱུངས་ལོ་མ་རྟེན། གྱི་ལོ་༡༢༠༧པའི་
 མེ་ཡོས་ལོར་འདས།

[[༦]] སྟེ་ཕུ་གུར་སྟོམ་ཆེན་པོ་ལས་ཤུག་གསེབ་བཀའ་བརྒྱད། སྟེ་ཕུ་གུར་སྟོམ་
 ཆེན་པོའི་འབྱུངས་འདས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་མ་རྟེན། ཤུག་གསེབ་བཀའ་བརྒྱད་ནི། རྗེ་པག་
 མོ་བྱ་པའི་ཞལ་སློབ་སྟེ་ཕུ་གུར་སྟོམ་ཆེན་པོ་ལས་བརྒྱད་པ་ཞིག་ཡིན། རྗེ་དེའི་
 རྣམ་ཐར་དང་ཆོས་བརྒྱད་གདམས་ངག་གི་ཡིག་ཆ་གསལ་པོ་མ་རྟེན། དེར་དུས་
 བཅུན་མའི་དགོན་པ་ཞིག་ཏུ་བྱུར་ནས་རྩ་སྟོན་ཡང་པལ་ཆེར་རྟེན་ཤས་ཆེ་བ་ཞིག་
 ཏུ་ཆགས་ཡོད་པར་གྲགས།

བརྒྱད་པ་ཐོར་བུའི་བཀའ་བརྒྱད། ① འབྲུག་པ་བཀའ་བརྒྱད་ནི། སྤྱིང་རས་
 པརྩ་རྩོ་རྗེའི་སློབ་མའི་གཙོ་བོར་གཙང་པ་རྒྱ་རས་ཡེ་ཤེས་ནི། གྱི་ལོ་༡༡༤༡པའི་
 ལྷགས་སྤེལ་ལོར་ཏཱེ་གངས་བཟང་གི་མགུལ་བྱང་སྟོན་དུ་འབྱུངས། གྱི་ལོ་༡༢༠༥
 པའི་ཤིང་སྤང་ལོར། དེར་དུས་ཚུ་ཤལ་རྫོང་ཁོངས་སུ་ཡོད་པའི་འབྲུག་སེ་བ་བྱང་
 རྒྱུ་སྤྱིང་བཅུ་བ། དེ་ལས་སྤྱིང་རས་པའི་གདམས་ངག་གི་རྒྱད་པ་སྤེལ་བ་ལ་དེར་
 དུས་འབྲུག་པ་བཀའ་བརྒྱད་ཅས་པ་འདི་བྱང་། གྱི་ལོ་༡༢༡༡པའི་ལྷགས་སྤེལ་
 ལོར་འདས། དེ་ལས་འབྲུག་པ་སྟོན་སྟོན་བར་གསུམ་བྱང་བ་ནི། ཤེས་བྱ་ཀུན་
 རྒྱུ་ལས། རྒྱད་པར་སྤྱིང་རས་ཀྱི་ལྷགས་སྲས་འགོ་མགོན་གཙང་པ་རྒྱ་རས་ཀྱི་བུ་

སློབ་བྱི་བྱ་ཚོད་པོའི་ཉིན་ལམ་བཅོ་བརྒྱད་ཚུན་ཆད་བྱལ་པ་ལས། གཙོ་པོ་ཚོད་ཚང་པ་མགོན་པོ་རྟོ་རྩེ་ལས་སྟོད་འབྲུག་གནམ་གྱི་སྐར་མར་གྲགས་པ་སྟེ། འདིའི་སློབ་བརྒྱད་ལ་རྒྱལ་བ་ཡང་དགོན་པ་དང་། དེའི་སློབ་བརྒྱད་ལ་ལ་སྟོད་ཤེས་རབ་མགོན་པོ་དང་འབའ་ར་བ་རྒྱལ་མཚན་བཟང་པོ་སོགས་བྱོན། །ལོ་རམ་པ་དར་མ་དབང་ལྷག་ལས་སྟོད་འབྲུག་སའི་འདྲེགས་པ། གདན་ས་འཛིན་པའི་སངས་པོ་དབྱུ་ཚར་ལས་བར་འབྲུག་རྩ་གྲགས་པ་འདི་དག་བྱུང་ངོ་། །

② ཟུར་མང་བཀའ་བརྒྱད་ནི། རྩེ་ལྷ་པ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ལྷགས་སྤྱི་རྒྱལ་མཚན་པོ་རྟོ་གས་ལྷན་སྟོ་གྲོས་རིན་ཆེན་ཟུར་མང་བཀའ་བརྒྱད། རྒྱལ་མཚན་པོ་རྟོ་གྲོས་རིན་ཆེན་ནི། རབ་བྱུང་རྒྱལ་པའི་མེ་སྟག་སྤྱི་ལོ་༡༣༥༦ལོར་སྤྱུ་འབྲུངས། ཀམ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཞལ་སྟོབ། དོན་བརྒྱད་བྱི་གདམས་ངག་འཛིན་པ་དང་། བཀའ་བརྒྱད་གསེར་ཕྱེད་གི་སྤྱུ་བརྒྱད་ནང་དུ་བཞུགས་ཡོད། རབ་བྱུང་བརྒྱད་པའི་ས་འབྲུག་སྤྱི་ལོ་༡༤༤༥ལོར་སྤྱུ་གཤེགས། ཀོང་སྤྱལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོའི་《ཤེས་བྱ་ཀུན་བྱལ་》ལས། རྩེ་ལྷ་པ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ལྷགས་སྤྱི་རྒྱལ་མཚན་པོ་རྟོ་གས་ལྷན་སྟོ་གྲོས་རིན་ཆེན་ལ། བདེ་མཚོག་མཁའ་འགྲོ་སྟན་བརྒྱད་བྱི་བཀའ་བབས། སློབ་མ་རྟོ་གས་ལྷན་ཡ་བརྒྱད། འཇའ་མོ་མི་གསུམ་སོགས་བྱོན་ཅིང་། དེ་དག་གི་སྤྱལ་བརྒྱད་རྣམས་བྱིས་ཚེས་བརྒྱད་གདན་ས་རིམ་པར་འཛིན་པ་ཟུར་མང་བཀའ་བརྒྱད། ཅེས་གསུངས་སོ། །

③ མཁས་གྲུབ་ཀམ་ཆགས་མེད་བྱི་གདམས་ངག་དང་། ལྷག་ལེན་བྱི་རྒྱན་རྒྱུད་འཛིན་དང་ཉམས་ལེན་བྱ་བའི་བརྒྱད་པ་རྣམས་ལ་ཟེར། དཔལ་རིའི་ཆེར་དགོན་ས་དང་པོ་མཛད་པ། འདི་ལས་བྱུང་བའི་བརྒྱད་པ་རྣམས་བྱིས་གདམས་ངག་འཛིན་རྒྱུད་སྟེལ་གསུམ་གཙོ་བོར་གནང་། ཚེས་རྒྱུད་འདི་ལ་གནས་མདོ་བཀའ་རྒྱུད་ཅེས་གྲགས་ཏེ། ཀམ་བཀའ་རྒྱུད་བྱི་ལྷ་ཁྲའི་བཟུན་པའི་བདག་པོར་གྱུར། ཅ་བའི་དགོན་པ་དང་ཞལ་སྟོབ་རྣམས་ལས་བཙོན་འགྲུས་རྒྱ་མཚོ་ཀར་ལྷགས་གཙོ་བོར་འཛིན་རྒྱུད་དང་། གནམ་ཚོས་མི་འགྱུར་རྟོ་རྩེ་དང་དཔལ་ལྷལ་ཀུན་བཟབ་ཤེས་རབ་གཉིས་ནི་བཀའ་རྟིང་འདྲེས་མས་ཚེས་བརྒྱད་སྟེལ། རྟོ་གས་ཆེན་པ་རྩ་

རིག་འཛིན་ནི་ཕྱིས། རྒྱལ་བ་ལྷ་པ་ཆེན་པོ་སྤྲུལ་མ་གཙོ་བོར་ཡིན་པར་འཛིན་ནས་
རྟིང་ལུགས་བསྐྱབས་པ་རེད། །

༤ བཤམ་ལ་བཀའ་བརྒྱད། 《ཤེས་བྱ་ཀུན་ཁྱབ་》ལས། ཡེ་ཤེས་རྒྱ་གི་པཎ་
ཀྱུབ་བརྒྱ་ལྷ་བརྒྱའི། རྒྱལ་མཛོད་མཐའ་ཐུག་ལྷ་ལྷན་ཁྱུང་པོས་སྤངས། སྤང་
ཚོད་རྒྱུ་ལམ་གསུམ་སྤྱི་མའི་བརྒྱད། གསེར་ཚོས་ཙ་བར་གྱུར་པའི་ཚོས་སྐྱོར་ལ།
སྤྱི་བྱ་རྒྱལ་བཤེས་གཉེན་ཁྱི་བཙོ་བརྒྱད། སྤྱི་ཅིང་གོ་ལ་མཛོད་ཆེག་བརྒྱད་རྩ་
རྩའི་རྒྱ། རིན་ཆེན་བརྒྱུན་པ་ཚོས་རྩེ་སྤོན་པས་བཀོལ། བཤམ་གྱུབ་རྣམ་གསུམ་
གནས་རྟིང་གདན་སྤོབ་བརྒྱད། ཐང་རྒྱ་ནི་གུའི་བཀའ་བབས་སྤྱི་གསུམ། ཉེ་
རིང་ཉེར་ལྷ་གྱུབ་པའི་དཔལ་པོས་གསན། རྒྱ་གིས་རྩེས་བརྒྱད་རྩ་མཚར་ཉེ་བརྒྱད་
བཅས། གསང་བདག་སྤོལ་མགོན་བཀའ་སྤོལ་ཁྱུང་པར་ཅན། སྤྱི་མཐའི་བྱང་
སེམས་འབའ་ཞིག་སྤོང་བར་བརྒྱད། མ་ནོར་མ་བསྐྱད་རྒྱ་གི་རྩ་རྩེའི་ཆོག །དུས་
ཀྱི་མཐར་ཡང་གྱུབ་པའི་འབྲས་བུ་སྤྱི་ན། ལྷུང་མཛོད་སྤོན་ལས་ལ་སོགས་མཐའ་
ཡས་སོ། ཞེས་དང་། །ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་གི་ནི་གྱུ་མ་དང་། སྤྱི་ཁ་སྤྱི་རྣམ་པ་གཉིས།
ཁྱུང་འཕགས་ཀྱི་སྤྲུལ་མ་བརྒྱ་གསུམ། ཙ་བའི་སྤྲུལ་མ་རྣམ་བཞི་སོགས་མཐའ་གྱུབ་བརྒྱ་
དང་ལྷ་བརྒྱའི་གདམས་ངག་རྒྱལ་མཛོད་ཀྱི་ཚོས་མཛོད་མཐར་ཐུག་ལྷ་ལྷན་ཞེས་
པ་དེ། བཤམ་གྱུབ་ཁྱུང་པོ་རྣམ་འཁྱོར་གྱིས་སྤངས། འདིར་མཐར་ཐུག་ལྷ་ལྷན་ནི།
གཏུམ་མོ་སྤོན་པའི་མཐར་ཐུག་དཔྱེས་མཛོད། ལས་རྒྱ་མཐར་ཐུག་བདེ་མཆོག་
རྒྱ་ལུས་འོད་གསལ་མཐར་ཐུག་གསང་འདུས། རྩི་ལམ་མཐར་ཐུག་མ་རྩ་སྤྲུལ་
སྤོན་ལས་མཐར་ཐུག་རྩེ་རྩེ་འཛིགས་མཛོད་དེ་ཤངས་ལུགས་རྒྱུད་སྤྱི་ལྷ་ཞེས་ཟེར།

མཐའ་གྱུབ་ཁྱུང་པོ་རྣམ་འཁྱོར་ནི། སྤྱི་ལོ་༡༠༡༥པའི་ཤིང་སྟག་ལོར་ཡབ་ཁྱུང་
པོ་སྟག་རྩེས་ཞེས་པའི་སྤྲུལ་སྤྱི་ལྷ་སྤྱི་ལྷ་འབྱུངས། གཞོན་ཅུའི་དུས་སྤྱི་བོན་
པོ་གཡུང་རྒྱུད་རྒྱལ་བ་ལས་བོན་བསྐྱབས་པས་མཐའ་པར་གྱུར། བོན་ཀྱི་སྤོབ་མ་
མང་པོ་བྱུང་། དེ་ནས་བོན་ལ་མ་མཉེས་ནས་རྟིང་མ་ལ་ཞུགས་ཏེ་རྩིགས་ཆེན་
གསན་པས་མཐའ་པར་གྱུར། སྤོབ་མ་མཐའ་ཡས་པ་འདུས། དེ་ཡང་སྤྱི་དཔལ་མ་
ལོགས་པར་དགོངས་ནས་སྐྱོར་ནི་རྩ་བ་ལས་ཞུ་མན་སའི་མན་ངག་གསན། ཞེས་

མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་ལས་གསུངས། དེ་ནས་རྒྱ་གར་དུ་སྤྱོན་ཏེ་སུ་མ་ཏི་ལས་
ལོ་ལྔ་བསྐྱབས། རྒྱ་གར་དང་བལ་ཡུལ་སོགས་ཀྱི་མཁས་པ་མང་པོར་བསྟེན་ནས་
མདོ་སྐགས་ཀྱི་རིག་གཞུང་མང་པོར་སྦྱངས། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བཤད་པ། ཚེད་པ།
སྦྱབ་པ་སྟེ། ལམ་རིམ་པ་གསུམ་ཀར་བརྟེན་ནས་སྤྱོན་ལས་ཀྱི་རྒྱན་བབ་པ་ལས།
སྤྱི་མ་སྦྱབ་པའི་ལམ་རིམ་ཀྱི་སྒྲིང་པོ་དང་གི་བར་དུ་ཡང་བཞུགས་པ་ནི། གསེར་
ཚོས་ཅ་བར་གྱུར་པའི་ཚོས་སྒྲིང་ལྟ་ཞེས་པར། ཅ་བ་རྒྱ་རོ་ཚོས་རྒྱལ་སྒྲིང་པོ་སྦྱག་
རྒྱ་ཆེན་པོ། ཡལ་ག་ལམ་བྱེར་རྣམ་གསུམ། མེ་ཏོག་མཁའ་སྦྱོང་དཀར་དམར།
འབྲས་བུ་འཆི་མེད་འཕུག་མེད་དང་ལྷ་ལ་ཟེར།

གདམས་ངག་རིང་བརྒྱད་ནི། མཁས་བྱབ་བྱུང་པོ་རྣམ་འགྱུར་གྱི་སྟོབ་མ་སྦྱ་བུ་
ལྷ་དང་སྤྱི་བུ་གཅིག་ཅེས་པ་ནི། དྲི་མེད་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྒྲིང་པོ་ཆེའུ་སྟོན་པ། བན་
སེམས་ཡལ་ག་གཡོར་པོ་རྒྱ་མོ་ཆེ། སྒྲིང་རྗེའི་ལོ་འདབ་རྒྱལ་སྟོན་རིན་དབང་།
བྱམས་པའི་མེ་ཏོག་ལ་སྟོང་དཀོན་མཆོག་མཁས། འོད་གསལ་སྒྲིང་པོ་ཞང་སྟོམ་
ཚོས་སེང་བཅས་ལྷ་དང་། སྤྱི་བུ་གཅིག་ནི། རྒྱ་ལུས་མི་ལམ་གྱི་འབྲས་བུ་སྤྱོན་པ་
ཆོག་སྟོགས་པ་རིན་ཆེན་བཙུན་འགྲུས་བཅས་རྒྱལ་ལ་ཟེར། དེ་ནས་རིམ་པ་བཞེན་
དུ་དཔོན་སྟོན་སྦྱར་སྒྲིང་པ། སངས་རྒྱལ་གཉན་སྟོན། འགྲོ་མགོན་སྟོན་པའི་བར་དུ་
ཆོག་བརྒྱད་དུ་བྱུང་། དེ་ནས་རིན་ཆེན་བདུན་པར་གྲགས་པ་འགྲོ་མགོན་ཚོས་
རྗེ་སྟོན་པས་རྟོ་རྗེ་འཆང་དང་། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་མས་ལུང་བསྟན་པ་ལྟར་
ཆོག་བརྒྱད་རྟོ་རྗེའི་རྒྱ་བཀོལ་ཏེ་སྐལ་ལྷན་སྟོབ་མའི་ཆོགས་ལ་གདམས་ངག་སྟེལ་
བས་མཁས་བྱབ་མང་པོ་བྱུང་བའི་ནང་ནས། མཁས་བྱབ་རྣམ་གསུམ་དུ་གྲགས་
པ། གཙང་མ་ཤངས་སྟོན་དང་། བསམ་སྤྱིང་པ་གཞོན་ཅུ་གྲུབ། འངག་ཆེན་རྒྱལ་
མཆོན་འབུམ་གསུམ་གྱིས། བརྒྱད་པའི་རྒྱང་བརྒྱུད་ཞིང་གདམས་ངག་རྣམས་ཡི་
གེར་བཀོད་ནས་སྤྱོན་སྟེལ་ལོ།

ཉེ་བརྒྱད་ནི་གྲུབ་ཆེན་ཐང་སྟོང་རྒྱལ་པོ་དང་ཀོང་སྦུལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོ་སོགས་
སྤྱོན་ལས་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། ཚོས་རྒྱད་འདིའི་གདན་ས་གཙོ་བོར།

1. ཤངས་ཀྱི་ཞང་ཞུང་དགོན། རབ་བྱུང་དང་པོའི་ལུགས་སྒྲིང་སྤྱི་ལོ་༡༠༩༡ལོར་

མཁས་གྲུབ་བྱང་པོ་ནལ་འཁྱོར་གྱིས་བཏབ། དེར་བོད་རང་སྐྱོར་སྒྲོལ་ནམ་གླིང་
ཚོར་ཁོངས་སུ་ཡོད།

2. དཔལ་སྤངས་ཡང་ཁོད་ལྷ་འདྲ་སྐྱབ་ཤེ། རབ་བྱུང་བཅུ་བཞི་པའི་ཆུ་རྟག་གྱི་ལོ་
༡༥༥༢ལོར་ཀོང་སྐལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོས་བཏབ། ད་ལྟ་དཀར་མཛེས་བོད་རིགས་
རང་སྐྱོར་བྱལ་ཤེ་དག་ཚོར་ཁོངས་སུ་ཡོད།

༥ ས་སྐྱ་པའི་གྲུབ་མཐའ། 《ཤེས་བྱ་ཀུན་བྱུང་》ལས།

བི་རུ་མཚོ་སྐྱེས་ཞབས་མོགས་ལམ་སྐྱོར་དགུ། །

སྤྱ་ཆེན་འཕྲོག་མིར་བཀའ་བབས་གདམས་པའི་བཅུད། །

སྐྱོ་རྟག་ཚོས་འབྲེལ་རྩ་བ་མེད་པ་དང་། །

ཉེ་བརྒྱད་ལམ་སྤྲས་བཟད་དོན་གསལ་ནམས་གྱི། །

གཙོ་བོ་གསུང་ངག་ལམ་དང་འབྲས་བུར་བཅས། །

ཞེས་པའི་དོན་ནི། ས་ལྷགས་གྱི་གདམས་ངག་གཙོ་བོ་ལམ་སྐྱོར་དགུ་ཞེས་པ་
ནི། གྲུབ་ཆེན་བི་རུ་པས་མཛད་པའི་ལམ་འབྲས་བུ་དང་བཅས་པའི་གདམས་སྐྱོར་
དང་། གྲུབ་ཆེན་མཚོ་སྐྱེས་ཞབས་གྱིས་མཛད་པའི་རྩ་རྒྱུད་བརྟག་གཉིས་ལ་བརྟེན་
ནས་བསྐྱེད་ཚོགས་གྱི་ལམ་སྐྱོར་དང་གཉིས། འཕགས་པ་སྐྱ་སྐྱབ་གྱིས་མཛད་པའི་
བྱང་ཆུབ་སེམས་འགྲེལ་གྱི་ལམ་སྐྱོར་དང་གསུམ། རྟོག་པས་མཛད་པའི་བརྟག་
གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷན་ཞིག་སྐྱེས་གྲུབ་གྱི་ལམ་སྐྱོར་དང་བཞི། ཡིན་པོ་རྣམས་
མཛད་པའི་རྒྱུད་ཡི་ཤེས་ཐིག་ལེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཕྱག་རྒྱའི་ལམ་སྐྱོར་དང་ལྔ། རྟོག་
རྩེ་པས་མཛད་པའི་རྒྱུད་ཁ་སྐྱོར་ལ་བརྟེན་ནས་བསམ་མི་བྱུང་པའི་ལམ་སྐྱོར་དང་
དྲུག །ནག་པོ་པས་མཛད་པའི་བདེ་མཚོག་ལ་བརྟེན་ནས་ཨོལ་པ་ཉིའི་ལམ་སྐྱོར་
དང་བདུན། ངག་གི་དབང་ཕྱག་གིས་མཛད་པའི་གསང་འདུས་ལ་བརྟེན་ནས་
ཕྱག་ཆེན་ཡི་གེ་མེད་པའི་ལམ་སྐྱོར་དང་བརྒྱད། ནག་པོ་འཆི་བ་མེད་པས་མཛད་
པའི་མ་རྒྱུད་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོན་པོ་སྐྱོར་བའི་ལམ་སྐྱོར་དང་དགུ་བཅས་སོ། །དེ་
ལྟར་ལམ་སྐྱོར་དགུ་པའི་གདམས་ངག་དེ། སྤྱ་ཆེན་འཕྲོག་མི་ལོ་ལྷ་བ་ཤུག་ཡི་ཤེས་
ལ་བབས་ཞེས་པར། འཕྲོག་མི་ལོ་ལྷ་བས་རྒྱ་གར་གྱི་སྐྱོབ་དཔོན་ག་ཡ་རྩ་ར་ལས་

ལམ་སྐོར་དགུ་པོ་ཐམས་ཅད་ཞུས། དེ་ཡང་སློབ་དཔོན་ག་ཡ་རྩ་ར་བོད་དུ་ལན་གསུམ་ཐེབས་པའི་དང་པོའི་སྐབས་སུ། འབྲོག་མི་ལ་གདམས་ངག་ཡོངས་རྫོགས་གནང་བ་འདི་ནི་དགེས་རྟོག་མན་ངག་ལུགས་སུ་གྲགས་ཤིང་། དེང་སང་འདི་ལ་ས་རྒྱའི་ལམ་འབྲས་ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་ཤིང་། བོད་སློམ་ཕྱི་མ་བརྒྱད་ལ་ལམ་འབྲས་ཕྱི་མ་ཞེས་གྲགས། སྐོར་རྒྱལ་ཅིས་པ་རྒྱ་གར་ནས་བོད་དུ་བྱོན་པའི་མཁས་པ་སྐོར་རྒྱལ་ཅིས་པ་དེ་དག་ལས་ཆོས་འབྲེལ་རེར་ཞུས་པའི་གདམས་ངག་རྒྱལ་ནི།

(1) མདོ་རྒྱུད་བསྐྱེ་བ། (2) ཕྱི་རོལ་གདོན། (3) འབྲུང་བ་ལུས་འཁྱུགས།
(4) ཉིང་འཛིན་སེམས་ཀྱི་བར་ཆད་སེལ་བ་གསུམ། (5) རྒྱལ་ཆེན་རྒྱལ་བསྐྱེལ་གསུམ་སེལ། 6 གཞུག་མ་དུན་གསལ་བཅས་སོ།

ཆོས་འབྲེལ་རྩ་བ་མེད་པ་ཞེས་པ་ནི། སློབ་དཔོན་གི་རྩ་པས་རྩོམ་པ་ལ་དགེས་རྟོག་གི་བཤད་པ་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པ་དང་། མན་ངག་ཤིན་ཏུ་བརྒྱས་པ་ཞིག་གནང་བའི་གདམས་ངག་དེ། འབྲོག་མི་ལོ་ལྔ་བས་རྒྱ་གར་ཤར་ཕྱོགས་སུ་བྱོན་སྐབས་སློབ་དཔོན་དཔལ་པོ་རྩོ་རྩེ་ལས་ཞུས་པ་ལ་རྩ་བ་མེད་པའི་ལམ་འབྲས་ཤིག་གནང་ཞེས་གྲགས། དེ་ནི་སློན་ཞུས་པའི་ལམ་འབྲས་ལ་རྩ་བ་རྩོ་རྩེའི་ཆོག་རྒྱུང་ཡོད་ཅིང་། འདི་ལ་མེད་པའི་དོན་ཏེ་དགེས་རྟོག་འབྲེལ་པ་ལུགས་སུ་གྲགས་སོ།

ཉེ་བརྒྱད་ལམ་སྐོར་བརྩ་དོན་གསལ་རྣམས་ཀྱི། ཞེས་པ་ས་ཆེན་ཀུན་དགའ་སྙིང་པོ་ལ། རྒྱལ་ཆེན་གི་རྩ་པས་མདོན་སུམ་དུ་ཞལ་གཟིགས་ནས་གསུངས་པར་གྲགས་པའི་ལམ་འབྲས་ཀྱི་གདམས་ངག་། ཉེ་བརྒྱད་ཐུན་མིན་གྱི་སྐལ་ལྷན་སློབ་མ་རྣམས་ལ་སྐོར་བཤད་གནང་བའི་ལུགས་དེ་དང་། རྩོ་བཅུན་གྲགས་པ་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་ལམ་འབྲས་འབྲེལ་པ་བརྩ་དོན་གསལ་བ་སོགས། གདམས་ངག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཙོ་བོ་གསུང་ངག་རིན་པོ་ཆེ་ལམ་འབྲས་བུ་དང་བཅས་ཉིད་ཡིན་ནོ།

༥ ཞི་བྱེད་དང་གཙོད་ཡུལ། 《ཤེས་བྱ་ཀུན་བྱབ་》ལས།

རྒྱལ་ཐོབ་ང་བཞི་མཁའ་སྒྱུད་སོ་རྒྱལ་གི །

བཅུད་བརྟེས་དམ་པ་བོད་དུ་ལན་ལྔར་ཐེབས། །

རྣམ་ཐར་ཚུལ་མཐུན་འགྲོ་མང་བསྐྱལ་མཛད་པའི། །

དམ་ཚེས་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཞི་བྱེད་ཅིས་བྱ་བ། །
 སྤྱི་བར་གསུམ་བསྐྱེལ་ལས་དང་པོ་ནི། །
 ཁ་ཆེ་ཡང་ལོ་བར་པ་མ་སོ་གློ་ །
 བརྒྱད་ལྷན་ལྷགས་གསུམ་ཐོར་བྱ་སྤྱི་ཚོགས་བཅས། །
 སྤྱི་མ་སྤྱི་བའི་རྣལ་འབྱོར་བཞི་ལ་སོགས། །
 སྤྱི་མ་སྤྱི་གདམས་སྤྱི་ལ་ནམ་མཁའི་སྐར་མ་ཅམ། །
 བར་པ་ངེས་དོན་ཐ་མ་སྤྱགས་དང་མཐུན། །
 བྱད་འཕགས་ཉིད་དང་དགོངས་མཉམ་ཀྱན་དགའི་ལྷགས། །
 ལོ་ཆེན་ཚེས་དཔལ་དྲིན་གྱིས་བྱེད་ཅིས་གནས། །

ཡན་ལག་དམ་ཚེས་བརྒྱད་ཀྱི་གཙོ་བོ་ཡུལ་ནི། དམ་པས་སྤྱི་དང་སྤྱི་ར་སེར་པོ་ལ།
 གདམས་ངག་བྱེལ་ཚོ་སྤྱག་གནང་པོ་གཙོ་བོ་དང་། ཤེར་སྤྱི་དགོངས་དོན་མ་
 གཅིག་ཉིགས་པའི་ཚེས། མོ་གཙོ་བོ་ཉིད་དེ་པ་མ་གཉིས་མེད་དང་། མཁའ་འགོ་
 ཉམས་ཀྱི་བཀའ་བབས་བྱ་བཅུ་དྲུག །སྤྱི་མོ་འི་རིང་བརྒྱད་རྒྱལ་ཐང་ཉེ་བརྒྱད་
 ལྷགས། ཀྱན་སྤངས་བཙོན་སེང་ལ་འདུས་གཏིར་གཙོ་བོ་སོགས། སྤྱི་ལས་རོ་
 མཚར་རྒྱ་ཆེ་རྒྱན་ཆགས་སོ། །ཞི་བྱེད་པའི་གདམས་ངག་བོད་རྒྱ་དྲངས་མཁན་ནི་
 པ་དམ་པ་སངས་རྒྱུ་ཡིན་ཞིང་། ཐོད་དང་རྒྱ་ནག་བཅས་ལ་ལན་ལྷུར་ཕེབས་
 པར་གྲགས་པར་ཐེངས་དང་པོ་རབ་བྱུང་དང་པོའི་མེ་ལྷག་སྤྱི་ལོ་༡༠༧༥ལོར་འབྱིང་
 ཐང་ལས་སྤྱི་ནས་ཚུ་རིར་ཐོན། མདོ་ཁམས་ཀྱན་ཞབས་ཀྱིས་བཅག་པས་བསྐྱེལ་པ་
 དར་བར་ལྷང་བསྐྱེལ། ཐེངས་གཉིས་པ་རབ་བྱུང་དང་པོའི་ཆུ་སྤང་སྤྱི་ལོ་༡༠༧༩ལོ་
 ལ་ཁ་ཆེ་ནས་ཐོན་སྤྱི་མངའ་རིས་སུ་བྱོན། ཞང་ཞུང་སྤྱི་ལོ་པ་དང་། ཐོན་
 པོ་ཁོ་ཚང་འབྲུག་ལྷ་རྩེས་སུ་བཟུང་། ཐེངས་གསུམ་པ་རབ་བྱུང་གཉིས་པའི་མེ་
 འབྲུག་སྤྱི་ལོ་༡༠༧༩ལོར་བལ་པོ་ནས་གཙོ་བོ་བྱོན། ཡར་སྤྱང་སྤྱི་ར་སེར་པོ་
 དང་། སྤྱི་སྤྱི་བསོད་ནམས་སྤྱི་མ་བཅས་ལ་གདམས་པ་གནང་། ཐེངས་བཞི་
 པ་རབ་བྱུང་དང་པོའི་ས་ལྷག་སྤྱི་ལོ་༡༠༧༩ ལོར་ཤ་འབྲུག་ལྷག་སྤྱི་ནས་གཉལ་རྒྱ་བྱོན་
 ཉི་ལུས་ཀྱི་སྤྱི་བ་པ་སྤྱངས། དབུས་སུ་ཕེབས་ནས་མ་སོ་གཞུང་གསུམ་ལ་གདམས་

ངག་གནང་། དེ་ནས་རྒྱ་ནག་ཏུ་ཕེབས་ཏེ་ལོ་བརྒྱ་གཉིས་བཞུགས། ཐེངས་ལྔ་པ་
རྒྱ་ནག་ནས་བོད་ཏུ་ཕེབས། ཐོག་མར་ཁམས་སུ་བྱོན་ཏེ་ཁམས་སྒོང་ཐང་ཏུ་མཁུང་
དཔུང་དཀར་ནག་ཁྲ་གསུམ་འཆད་ཉན་གྱི་རུས་ལ་མ་བབ་པས་གཏེར་རུ་སྤྲུལ།
དེ་ནས་དབུས་སུ་བྱོན་ཏེ་རེ་ཞིག་འགྲོ་དོན་མཛད། དེ་ནས་ལྷ་སྤྲེལ་བྱང་རྒྱལ་ལོད་
ཀྱི་ཆོ་བོ་མངའ་བདག་ཚེ་རེས་པ་དམ་པ་བཞུགས་གདན་འདྲེན་བྱས་ཏེ། རབ་བྱུང་
གཉིས་པའི་རྒྱ་ཏུ་སྤྱི་ལོ་༡༡༠༩ལོར་གཙང་ལ་སྟོད་དེང་རི་དགོན་པ་བཏབ། དེར་
བཞུགས་ནས་ལོ་ཉི་ཤུ་ཙམ་གཅིག་ཏུ་འགྲོ་དོན་མཛད། སྤྱི་ལོ་༡༡༩༥པའི་ཤིང་འབྲུག་
ལོར་སྤྱ་གཤེགས།

དེངའ་ཆོས་གཞན་ནི་རྒྱ་ཉོན་མོངས་པ་སྟོན་ལ་སྟོང་། རྒྱག་བསྐལ་ཤུགས་ལས་
སྒྲིག་པ་ཡིན་ལ། འདི་ནི་འབྲས་བུ་རྒྱག་བསྐལ་དངོས་སུ་སྟོང་། ཤུགས་ལས་
ཉོན་མོངས་པ་བྱུང་ནས་འབྲིན་པའི་ཐབས་ཤིན་ཏུ་ཟབ་པ་སྟེ། རྒྱག་བསྐལ་ཐམས་
ཅད་རབ་ཏུ་ཞི་བར་བྱེད་པའི་སྤྲུལ་། ཞེས་པའི་ལུང་ལ་བཞེན་ནས་བཏགས་
པར་བཞེད་དོ།

གཙང་ཡུལ་བ་ནི། མ་གཅིག་ལ་བ་ཀྱི་སྟོན་མས་ཤེར་བྱིན་བསྐྱགས་པས་སྟོང་ཉིད་
ཀྱི་ལྷ་བ་སྟེ། དམ་པས་སྟེང་གཏམ་ཆོག་གཅིག་གསུངས་པས་རྒྱུད་ལྷོ་ལ་ཏེ་རང་
བཞེན་གྱི་རྣལ་འབྱོར་མར་གྱུར་པ་དེས། ཤེར་བྱིན་གྱི་དགོངས་དོན་ལ་གཞིར་
བབྱུང་ནས། རང་གི་དགོངས་ཉམས་ལས་འབྱུངས་པའི་རྟོགས་ཆོས་གཙང་ཡུལ་
པ་ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་སྟོན་བྱེད། 《བཀའ་ཆོམ་ཆེན་མོ་》དང་། 《ཡང་ཆོམ་
ལེའུ་ཉེར་ལྔ་པ་》ཐུན་མོང་ཐུན་མིན་བྱུང་པར་གྱི་ལེའུ་ཡན་ལག་བརྒྱུད་གསུམ་ཉེར་
བཞི་པ་སོགས་གཞུང་དང་གདམས་ངག་མང་པོར་མཛད་པ་ལ་མོ་གཙང་ཅེས་
ཟེར།

མ་གཅིག་ལ་བ་སྟོན་ནི། རབ་བྱུང་དང་པོའི་ས་ལྷག། སྤྱི་ལོ་༡༠༧༩ལོར་སྤྱ་
འབྱུངས། རང་ལོ་བརྒྱ་རྒྱལ་སོན་པ་དང་དགེ་བཤེས་ཀྱི་བཀའ་བཞེན་གྱི་ཐང་ཏུ་
གྱུ་པ་མདོན་ཤེས་ཅན་གྱི་སྟོན་ཆོགས་སྟོང་པའི་གྲལ་ཏུ་བཏབ། ལ་བ་སྟོན་སྟོན་
ལ་ཏ་ཅང་མཁས་པས་གྱུ་མདོན་གྱིས་ལ་བ་སྟོན་སྟོན་ལྟན་ཏུ་གཟིགས་ནས་འབུམ་

དང་། ཉི་ཤིག་བརྒྱུད་སྟོང་པ་སོགས་སྟོག་བཅུག་དེ་ནས་རབ་ཏུ་བྱུང་། དགུང་ལོ་ཉེར་གསུམ་པའི་ལྷགས་སྤུལ་གྱི་ལོ་༡༡༠༡ལོར་ལན་གཅིག་འདམ་སུ་དབྱེ་ཆུང་ཏུ་སླ་མ་གྲ་མངོན་པའི་ཡོན་བདག་ལྷ་མོ་སྟོན་བྱ་བའི་ནང་དུ། སྟོག་ལ་ཐེབས་པའི་སྐབས་སུ་ཐོད་པ་རྩ་དུ་བཞུགས་པ་དང་འབྲད། དེར་འདུས་པས་བཟའ་མེས་སོང་། དེ་ནས་མི་ཁ་གཡོ་བའི་ཆེད་དུ་དབུས་ནས་ཐོན་ཏེ་གོང་པོ་དང་། རྒྱགས་པོའི་ཡུལ་དུ་ལོ་ཤས་བཞུགས་ཏེ་སྤྲས་དང་སྤྲས་མོ་གསུམ་འབྲངས། དགུང་ལོ་སོ་བདུན་པ་གྱི་ལོ་༡༡༡༥པའི་ལྷག་ལོར་བྲངས་རི་མཁར་དམར་དུ་ཐེབས་ནས་གདན་ས་བཏབ། དགུང་ལོ་བཞི་བཅུ་པའི་སྐབས་སུ་མ་གཅིག་ལ་བ་སྟོན་ཞེས་མཆོན་སྟེན་བོད་ཁམས་ཡོངས་ལ་བྱབ། དེ་ལྟར་མ་གཅིག་གིས་སྤྱོད་ཀྱིས་པོར་དམ་ཆོས་བདུད་ཀྱི་གཙུག་ཡུལ་བཟའ་མོ་ཉམས་སུ་སྤངས་ནས་དགུང་ལོ་གོ་དགུ་པ་རབ་བྱུང་གསུམ་པའི་མེ་བྱ་གྱི་ལོ་༡༡༣༣ལོར་སྤྱོད་གསེགས། །

དེ་ནས་གཙུག་ཡུལ་པའི་གདམས་ངག་གཙོ་བོར་འཛིན་མཁན་ནི། ཀམ་པ་དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་སྟོབ་མ། དུང་མ་མེར་སྟོ་གྲོས་རིན་ཆེན་ལས་བརྒྱུད་པའི་གཙུག་ཆོགས་ཡོན་ཏན་ཀུན་འབྱུང་ལ་བྱར་ལྷགས་ཀྱི་གཙུག་དང་། ཀམ་པ་ཆོས་དབྱིངས་རྡོ་རྗེའི་ཐུགས་སྤྲས། མཁས་གྲུབ་ཀམ་ཆགས་མེད་ཀྱིས་ཀར་གཙུག་རིན་ཆེན་ཕྱིང་བ་བཙུམས་ནས་ཉམས་ལེན་གྱི་རྒྱུན་སྒྲིལ་བ་ལ་ཀར་གཙུག་དང་། རྡོ་བཙུན་སྤྱོད་ཀྱི་ཆོགས་ལུན་གྱིས་གཙུག་ཀྱི་ཆོགས། ལས་ལུ་ཉིག་ཕྱིང་བ་བཙུམས་ཏེ་ཉམས་ལེན་དར་སྒྲིལ་གནང་བ་ལ་སྤྱོད་ཀྱི་གཙུག་རྒྱུ་ལོ་འདི་དག་བྱུང་ཡོད།

1 གཙུག་ལ་སྟོད་དིང་རི་དགོན། རབ་བྱུང་གཉིས་པའི་ཤིང་སྤང་གྱི་ལོ་༡༠༥༥ལོར་ལྷ་སླ་མ་བྱུང་ཆུབ་འོད་ཀྱི་ཆ་བོ་ཅེ་ལྷེས་པ་དམ་པ་སངས་རྒྱལ་བཞུགས་གནས་ཀྱི་ཆེད་དུ་བཏབ། དེར་དུས་བོད་རང་སྤྱོད་ལྗོངས་དིང་རི་རྩོད་ཁོངས་སུ་ཡོད།

2 བྲངས་རི་མཁར་དམར་དགོན། རབ་བྱུང་གཉིས་པའི་ལྷགས་ལྷག་གྱི་ལོ་༡༠༡༡ལོར་མ་གཅིག་ལ་བ་སྟོན་གྱིས་བཏབ། དེར་དུས་བོད་རང་སྤྱོད་ལྗོངས་བྲངས་རི་རྩོད་ཁོངས་སུ་ཡོད།

3 བྱར་མང་རྩམ་རྒྱལ་ཅེ་དགོན། རབ་བྱུང་བདུན་པའི་རྒྱ་ཡོས་གྱི་ལོ་༡༤༩༩ལོར་

རྒྱུ་མ་སེར་རྟོག་ལྡན་གྱིས་བཏབ། ད་ལྟ་ཡུལ་ཤུལ་བོད་རིགས་རང་སྤྱོད་ཁྱུལ་ནང་
ཆེན་ཚོང་ཁོངས་སྤྱོད་པ།

4. གནས་མདོ་དགོན། རབ་བྱུང་བརྒྱ་གཅིག་པའི་མེ་བྱི་སྤྱི་ལོ་༡༩༥༩ ལོར་མཁས་
གྲུབ་ཀྱིས་ཆགས་མེད་གྱིས་བཏབ། ད་ལྟ་བོད་རང་སྤྱོད་ལྗོངས་ཆབ་མདོ་ས་ཁྱུལ་
ཆབ་མདོ་ཚོང་ཁོངས་སྤྱོད་པ།

5. རྒྱབས་ཆེ་དགོན། སལ་ཆེ་རབ་བྱུང་བརྒྱ་གཅིག་པའི་མཇུག་ཅུམ་ན་བཏབ། དེར་
རྒྱས་བོད་རང་སྤྱོད་ལྗོངས་འཛོམས་མདའ་ཚོང་ཁོངས་སྤྱོད་པ།

6. རྒྱ་མེ་དགོན། སལ་ཆེ་རབ་བྱུང་བརྒྱ་གཅིག་པའི་མཇུག་ཅུམ་ན་བཏབ། དེར་
རྒྱས་བོད་རང་སྤྱོད་ལྗོངས་འཛོམས་མདའ་ཚོང་ཁོངས་སྤྱོད་པ།

༧ རྩོམ་ལའི་གྲུབ་མཐའ། རྩོམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་ནི། མདོ་ལྷགས་ལ་དབུ་
མ་གཞན་སྤྱོད་དང་། སྤྱགས་ལྷགས་དཔལ་རྒྱས་བྱི་འཁོར་ལོའི་སྤྱོད་བ་ཡན་ལག་
རྒྱལ་ཆལ་རྒྱ་བཏོན་ནས་ཉམས་བཞེས་གནང་བ་ཞིག་ཡིན། ཐོག་མར་རབ་བྱུང་
དང་པོའི་ནང་སྤྱི་ལོའི་རྒྱས་རབས་བརྒྱ་གཅིག་པའི་རྒྱས་དཀྱིལ་ཅུམ་རྒྱ། དུ་མོ་མི་
བསྐྱོད་རྩོམ་སྤྱི། དང་པོ་རྣལ་འབྱོར་པ། སྤྱིས་རབ་བྱུང་ནས་མཆོན་དད་བ་
རྒྱལ་པོར་གསེལ། ཁ་ཆེ་པའི་ཆེན་རྒྱ་བ་མགོན་པོ་ལས་ཆོས་འགའ་ཞིག་གསན།
དེ་ནས་ལྷ་ཡུག་རྒྱ་བཏོན་ནས་གཞན་སྤྱོད་གི་ལྟ་བ་ཐུགས་ལ་ཤར། དེའི་སློབ་རྒྱུད་ནི།
གཏུང་སྤྱི་ཚོས་བྱི་དབང་ཐུག ཁྱེད་ནམ་མཁའ་འོད་ཟེར། སྤྱི་ཚོ་སེམས་བ་ཆེ་
བ་ནམ་མཁའ་རྒྱལ་མཆོན། འཇམ་གསར་ཤེས་རབ་འོད་ཟེར། ཀྱན་མཁྱེན་ཆོས་སྤྱི་
འོད་རྣམས་ལས་རིམ་པར་བརྒྱད། ཀྱན་མཁྱེན་ཆོས་སྤྱི་འོད་ཟེར་བྱི་སློབ་མ་

ཀྱན་སྤངས་ཐུགས་རྩེ་བཙོན་འགྲུས་སྤྱི་ལོ་༡༩༥༩ལོར་འབྱུངས། སྤྱི་ལོ་༡༩༧༩ལོ་
གཤེགས། ཁོང་གིས་རྩོམ་ནང་རྒྱ་དགོན་པ་བཏབ། རྩོམ་བྱ་པ་དེ་རྒྱ་བཞུགས་ནས་
གྲུབ་མཐའ་འདི་རྒྱ་ཆེར་སྤེལ་བ་དེ་ནས་བརྒྱུད་དེའི་ཆོས་རྒྱུད་རྣམས་ལ་རྩོམ་པ་
ཞེས་གྲགས། སྤྱི་ལོའི་རྒྱས་བརྒྱ་གཅིག་པའི་ནང་འདིར་རིགས་ལྡན་རྒྱལ་པ་ཀྱན་
སྤངས་ཐུགས་རྩེ་བཙོན་འགྲུས་དང་། བྱང་སེམས་རྒྱལ་བ་ཡེ་ཤེས། མཁས་མཆོན་
ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོ། ཀྱན་མཁྱེན་རྩོམ་པོ་པ། ཀྱན་སྤངས་ཆོས་གྲགས་པ། ཉ་དགོན་

ཀུན་དགའ་དཔལ། བྱམས་པའི་རྒྱལ་པ་ས་བཟང་མ་ཉི་པའ་ཆེན་མོགས་ཉེ་སྐྱས་
 བརྒྱད་ཀྱི་ནམ་འབྲུལ་རུ་གྲགས་པ། རྩོམ་གི་མཁས་གྲུབ་མང་པོ་ཞིག་བྱང་ཡོད་
 ཅིང་སྐབས་དེར་རྩོམ་གི་བརྟན་པ་དར་བའི་སྤང་ཡིན། དེ་ལས་ཀུན་སྤངས་པ་
 དང་། བྱང་སེམས་པ། མཁས་བཅུན་པ་གསུམ་ལ་རྩོམ་གོང་མ་ཡབ་སྐུ་གསུམ་
 ཡང་བེད། །གཞན་སྤང་གི་ལྟ་བུ་ནི་མཁས་གྲུབ་རུ་མས་བཀག་པས་བག་ལ་ཞ་
 བར་གྱུར་ནའང་། སྤྱིས་སྤྱོད་རྩོམ་ཀུན་དགའ་གྲོལ་མཆོག་དང་། བྱང་པར་རུ་
 གྲོལ་མཆོག་གི་ཡང་སྤྱིད་རྒྱ་ར་རྒྱ་མས་བསྐྱར་གསོས་མཛད་ནས་འཆད་སྤེལ་དང་
 ཡིག་ཆ་ཡང་མང་རུ་མཛད། རྟག་བརྟན་སྤྱོད་ཆོགས་སྤྱིང་བཏབ་ནས་རྟེན་
 བཞེངས་དཔེ་བྲལ་དང་། རྩོམ་ལུགས་ཀྱི་བརྟན་བཅོས་རུ་མའི་པར་ཤིང་བསྐྱར།
 ཆོགས་པའང་མང་རུ་འདུས། རིན་སྤངས་སྤེལ་པ་ཀམ་བརྟན་སྤྱོད་དབང་པོ་དང་
 ཡོན་མཆོད་རུ་གྱུར་པས་ལུགས་གཉིས་ཀྱི་ཆ་ནས་གཟི་བརྩིད་ཆེ་ཅན་བྱང་། སྤྱི་ལོ་
 ༡༦༥༥ལོར་དགའ་ལྡན་པོ་བྱང་བཅུགས་རྩེས། གོང་ས་ལྟ་བུ་ཆེན་པོས་རྩོམ་པའི་
 དགོན་པ་རྟག་བརྟན་སྤྱོད་ཆོགས་སྤྱིང་གི་དགོན་པ་དགེ་ལུགས་པར་བསྐྱར་ནས་
 དགའ་ལྡན་སྤྱོད་ཆོགས་སྤྱིང་ཞེས་བཏགས། སྐབས་དེར་རྩོམ་ལུགས་ཀྱི་དཔེ་རྒྱན་
 མཛད་པར་བྱེད་པའི་ཆེད་རུ་རྟག་བརྟན་སྤྱོད་ཆོགས་སྤྱིང་གི་པར་ཤིང་ནམས་མེར་
 བསྐྱེགས་བྱང་། ལྷ་ལྷ་ནམས་མདོ་སྤྱོད་རུ་བྲོས་བྲོལ་པེབས། གསུང་རབ་ནམས་
 བྱང་ལྟན་རུ་བྲོར་ནས་བྲིན་སྤྱབས། དེར་རུས་ཇོམ་མང་སྤྱོགས་སྤྱོད་རྩོམ་པའི་
 མཁས་གྲུབ་གོང་མ་ནམས་ཀྱིས་མཛད་པའི་ལྟ་བུ་ཀྱི་ནམ་གཞག་སྐར་དང་།
 གསུང་འབྲུམ་པལ་ཆེར་མ་ཉམས་པར་བཞུགས་ཡོད། རྒྱལ་བ་ལྟ་བུ་ཆེན་པོས་རྩོམ་
 རྩོམ་པ་ལ་སྤང་པོ་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཆོག། ཁོ་བོའི་སྤྱོད་མས་གསུང་པར། ལྟ་བུ་ཆེན་
 པོའི་དགེ་ཆུན་སྤྱོད་འགོ་བ་དེ་རྩོམ་རྩོམ་བཅུན་གྱི་སྤྱོད་མ་ཡིན་ཞིང་། རྩོམ་སྤྱོད་
 སྤྱོད་འགལ་བས་རྩོམ་རྩོམ་བཅུན་གྱི་སྤྱོད་འགོ་བ་རང་དགོན་ནས་བྱིར་ཕུད་
 གཏོང་། དེ་རྩོམ་སྤྱོད་འགོ་བ་འབྲས་སྤངས་སྤྱོད་རྒྱལ་བ་ལྟ་བུ་ཆེན་པོའི་རིག་གནས་དགེ་
 ཆུན་གྱི་གོ་སྐབས་ཐོབ། སྤྱིས་རྒྱལ་བ་ལྟ་བུ་ཆེན་པོ་པོད་ཀྱི་ཆོས་སྤྱིད་གཉིས་ཀྱི་
 བདག་པོར་གྱུར་སྐབས། སྤྱོད་འགོ་བས་གོ་སྐབས་དེ་དང་བརྟན་ནས་རྩོམ་པ་

ལ་དག་ལན་སྒྲུངས་པ་རེད། ཅེས་གསུངས་ཀྱང་། རོན་དེ་ཡིག་ཆ་དང་གང་ལ་ཡོད་པ་
 ཁོ་བོས་མ་དྲིས་སྟབས་ད་ལྟ་མ་ཆེད། རུས་དེར་རོན་དང་ཀུན་མཁྱེན་གྱི་སྒྲོབ་མ་
 རྣམས་མདོ་ཁམས་སུ་བྲོས་ཏེ་རྩེད་བཀའ་བཞི་པ་རིན་ཆེན་དཔལ་གྱིས་བཏབ་
 པའི་མདོ་ཁམས་འཛམ་ཐང་དགོན་རུ་ཐེབས་ཏེ་དེར་བཞུགས་པ་དང་། དེ་ལས་
 འཕེལ་པའི་དགོན་ལག་རྣམས་འཛམ་ཐང་དང་། མགོ་ལྷག་གི་སྒྲོགས་སུ་བྱལ་ཡོད།
 ལོ་རྒྱུས་ཐོག་གྲུབ་མཐའ་འདིའི་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་ཕྱིན་ལས་འཕེལ་པའི་གདན་ས་གཙོ་
 བོ་ནི། དབུས་སྒྲོགས་གྱི་ཉག་བརྟན་སུན་ཆོགས་སྤིང་དང་། མདོ་ཁམས་སྒྲོགས་གྱི་
 འཛམ་ཐང་དགོན་པ་རྣམས་ཡིན། །

1 རོན་དང་དགོན་པ། རབ་བྱུང་ལྔ་པའི་ཤིང་ན་སྤྱི་ལོ་1294 ལོར་ཀུན་སྤངས་
 སྒྲོགས་རྗེ་བཙུན་འགྲུས་གྱིས་གཙང་ལྷ་ཆེ་རྫོང་གི་ཁོངས་སུ་བཏབ། །

2 ཅེ་ཆེན་ཆོས་སྡེ། སྤྱི་ལོ་རུས་རབས་བརྒྱ་བཞི་པའི་མཇུག་ཙམ་ན་ཉ་དཔོན་
 ཀུན་དགའ་དཔལ་གྱིས་གཙང་རྒྱལ་ཆེ་རྫོང་གི་ཁོངས་སུ་བཏབ།

3 འཛམ་ཐང་ཆོས་རྗེ་དགོན་པ། རབ་བྱུང་བདུན་པའི་ཤིང་སྤྱི་ལོ་1425ལོར་
 རྩེད་རིན་ཆེན་དཔལ་གྱིས་མདོ་ཁམས་འཛམ་ཐང་རུ་བཏབ། །

4 ཉག་བརྟན་སུན་ཆོགས་སྤིང་། རབ་བྱུང་བརྒྱ་པའི་ཤིང་ལོས་ཏེ་སྤྱི་ལོ་1615
 ལོར་རྗེ་བཙུན་རྒྱ་ར་རྒྱ་ཐས་རོན་དང་དགོན་པའི་ཉེ་འདབས་སུ་བཏབ། །

5 བསེ་དགོན། སྤྱི་ལོ་རུས་རབས་བརྒྱ་བདུན་པའི་སྤྱི་ལོ་ཙམ་ན་བསེ་དཔོན་ཀུན་
 དགའ་ལྟན་གྲུབ་གྱིས་ར་པ་རྫོང་ཁོངས་སུ་བཏབ།

70 རྗེ་རྗེ་གསུམ་གྱི་བསྟེན་སྒྲུབ། 《ཤེས་བྱ་ཀུན་བྱལ་》ལས།

གཞི་ལམ་འབྲས་བུར་མི་བྱེད་རྗེ་རྗེ་གསུམ། །

བསྟེན་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཆེན་ཡན་ལག་རྣལ་འབྱོར་མས། །

རིན་ཆེན་དཔལ་ལ་སྒྲོགས་གྱི་བྱུང་བསྟེན་པ། །

མཁར་རྩེ་བ་དང་ཟླ་མེད་སྤྱི་ཉ་བ། །

བྱག་ཕྱག་སྟེ་མདོ་སྤྱི་མཆེད་སྤོལ་མང་ལས། །

རྒྱལ་བ་གཉིས་པ་རང་བྱུང་རྗེ་རྗེ་ཡིས། །

དོ་རྩེའི་ཚོག་བསྐོལ་གདམས་པའི་ལམ་བཟང་གསལ། ।

མི་ཏ་དམར་པོ་ཁ་རག་སྒོར་གསུམ་སོགས། ।

ཚད་ལྡན་ཕྱན་ཚོགས་བྱང་བ་མཐའ་ཡས་སོ། ।

འདིར་དོ་རྩེ་གསུམ་གྱི་བསྐྱེན་སྐྱབ་ཅེས་པའི་དོན་གང་ཞེན། ལམ་ཞུགས་གྱི་
གང་ཟག་གང་ཞིག ཐབས་བྱུང་པར་བ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་
གྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་ལག་ལེན་ཞིག་སྟེ། སྐྱང་གཞི་གཞི་ལམ་འབྲས་
བུའི་གནས་སྐབས་གསུམ་དུ་རྒྱན་ཆགས་པས་དབྱེར་མི་བྱེད་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་
སྐྱ་གསུང་བུགས་གྱི་དོ་རྩེ་གསུམ་པོ་དེ། སྐྱང་བྱ་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་པོར་སྒོ་བྱར་
འབྲལ་འཇིན། གནས་སྐབས་བཞིའི་བག་ཆགས་དང་བཅས་པས་བསྐྱེད་པ་དེ་
ཉིད། སྐྱང་བྱེད་ཡན་ལག་གསུམ་ཞེས་པ་སོར་བསམ་བསྐྱེན་པའི་ཡན་ལག་དང་།
སྒོལ་ཚོལ་སྐྱབ་པའི་ཡན་ལག དུན་ཏིང་སྐྱབ་པ་ཆེན་པོའི་ཡན་ལག་གསུམ་གྱིས།
སྐྱངས་འབྲས་དབང་ཚོན་བཙོན་འབྲས་ཅན་ཚོ་གཅིག་ལ་སྐྱ་གསུམ་མདོན་དུ་བྱེད་
པའི་མན་ངག་རྒྱལ་ལུས་དོ་རྩེ་རྣལ་འབྱོར་མ་དངོས་གྱིས། གྲུབ་ཆེན་ཨོ་རྒྱན་པ་ལ་
གནང་བ་དེ་ཡིན། དོ་རྩེ་གསུམ་གྱི་བསྐྱེན་སྐྱབ་གྱི་འགྲེལ་ཆེན་བཞིར་གྲགས་པ་ནི།
རིན་པོ་ཆེ་མཁར་ཚུ་བས། གྲུབ་ཆེན་ཨོ་རྒྱན་པ་ལས་བསྐྱེན་སྐྱབ་གྱི་གདམས་ངག་
དམིགས་རྒྱུ་རེ་ལ་གསེར་ཞོ་རེའི་མཆོལ་ལུས་ནས་ཞུས་ཤིང་ «བརྩེད་ཐོ་བུས་
པ་» མཛད། བྲིད་གཉེར་པ་རྟོགས་ལྡན་ལྷ་བ་སང་གེས་མན་ངག་རྣམས་སྐྱེགས་
བམ་དུ་བསྐྱེད་སྟེ། སྐྱེས་ཀྱང་བྲིད་ལུགས་འདི་ལ་གཙོ་པོར་བྱེད། གྲུབ་ཆེན་ཨོ་རྒྱན་
པ་ལ་གོ་ལྟར་པ་གཞོན་ཅུ་དཔལ་གྱིས་དྲི་བ་ཞུས་པས་ལན་འདེབས་གནང་བ་ཁོང་
གིས་ཡི་གེར་བཏབས་པར་ «གོ་ལྟར་པའི་དྲིས་ལན» དང་། སྐྱ་ཏ་པ་མཁས་བཙུན་
བསོད་ནམས་འོད་ཟེར་གྱིས་གདམས་ངག་འདིའི་འཆད་ཉན་གྱི་རྒྱན་རྒྱ་ཆེར་སྟེལ་
ཡང་ཡིག་ཆ་ཡོད་པ་མ་ཐོས། ཟུར་ཕྱག་པ་རིན་ཆེན་དཔལ་བས་མཛད་པའི་
«རྒྱུ་ཆེན» དང་། མཁས་པ་ཤངས་སྟོན་དང་། སྟེ་མདོ་ཀུན་དགའ་དོན་གྲུབ་པས་
མཛད་པའི་ «དོ་རྩེའི་ཚོག་རྒྱུ་གི་རྣམ་བཤད་» རྣམས་ཏེ། དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་
གདམས་ངག་འདིའི་འཆད་ཉན་གྱི་རྒྱན་རྒྱ་ཆེར་དང་། སྐྱ་ཏ་པ་མཁས་བཙུན་

བསོད་ནམས་འོད་ཟེར་ལས་ཚོས་རྗེ་གངས་པ་སོགས་ལས་བརྒྱད་པ་དང་། སྟེ་མདོ་
སྐུ་མཆེད་ལས་བརྒྱད་པ་སོགས་བརྒྱད་སྟོལ་མང་པོ་བྱུང་བ་ནམས་ལས། རྒྱལ་བ་
གཉིས་པ་ཀམ་པ་གསུམ་པ་རང་བྱུང་དོ་རྗེས། གྲུབ་ཆེན་ཨོ་རྒྱན་པ་ལས་གདམས་
ངག་རྫོགས་པར་གསན་ཏེ། རྗེ་རྗེའི་ཚོག་གི་མདུད་འཁོལ་དང་གདམས་ངག་གི་
གནད་གཞན་ལས་བྱུང་པར་འཕགས་པའི་ལམ་བཟང་པོ་འདི་གསལ་བར་མཛད་
ཅིང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རྗེ་རོལ་པའི་རྗེ་རྗེ་སོགས་ཀམ་པ་སྐུ་ཕྱིར་སྒྲིམ་ནམས་ཀྱིས་
ཀྱང་གདམས་ངག་འདིའི་ཉམས་ལེན་གྱི་བརྒྱད་པ་རྒྱ་ཆེར་སྟེལ་ཡོད་པ་རེད།
དེར་སང་འདིའི་ཚོས་རྒྱན་ཅམ་ལས་རང་རྒྱལ་ཐུབ་པའི་གྲུབ་མཐའ་མེད་དོ།

༡༡ རི་ཚོ་དགེ་ལྷན་ལ། དགེ་ལྷན་པའི་གྲུབ་མཐའ་བྱུང་བ། དགེ་ལྷན་པའི་གྲུབ་
མཐའི་སྟོལ་འབྱེད་པོ་ནི། རབ་བྱུང་རྒྱལ་པའི་མེ་བྱ་སྒྲིལ་༡༩༥༧ལོར་མདོ་སྐད་ཅིང་
ཁའི་ཡུལ་རུ་སྐུ་བལྟམས། དགྲུང་ལོ་གསུམ་པའི་ས་ཕག་ལོར་ཀམ་པ་རོལ་པའི་རྗེ་
རྗེ་ལས་ཡོངས་རྫོགས་དགེ་བརྟེན་ཞུས། གཞོན་པའི་རུས་སུ་ཚོས་རྗེ་དོན་གྲུབ་རིན་
ཆེན་ལས་སོ་སོ་ཐར་པ་དང་ཐུགས་ཀྱི་ཚོས་སྟོར་ཞུས་ཏེ་མཁས་པར་གྱུར། དེས་
དབུས་གཙང་གི་སྒྲིགས་སུ་འདི་དང་འདི་ལྟ་བུ་སྟོབས་ཤིག་ཅེས་པའི་བཀའ་ལྟར་
དབུས་སུ་ཕེབས། ཐོག་མར་གྱི་ཤོད་རུ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་མང་པོ་དག་བརྟེན་
ཅིང་། ཕྱི་ནས་རྗེ་བཙུན་གཞོན་ཅུ་གློ་གྲོས་ཞབས་ཀྱི་རྒྱུད་རུ་ཡང་དག་པར་བརྟེན་
ཏེ་སྡེ་སྡོད་པལ་མོ་ཆེ་དང་། དེ་ཡང་དབུ་མའི་གཞུང་ལ་བསྐྱབ་གཉེར་མཐར་སྦྱོར་
པ་གནད་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་མཐའ་དག་གི་གཞིར་གྱུར་པ་ནི་དམ་པའི་
ཚོས་འདུལ་བ་ཉིད་རུ་དཔོངས་ནས། མཁན་ཆེན་སྟོར་ལུང་པ་ལས་འདུལ་བའི་
སྟོར་ཞུས་ཤིང་འདུལ་བའི་བསྟན་པ་བརྒྱུར་གསོ་དང་དར་སྟེལ་གནད་། ཡི་དམ་
ལྷས་ཀྱང་། འདུལ་བའི་བསྐྱབ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་གཞན་ལ་ཕན་པ་ཆེན་པོར་འགྱུར་
བར་ལུང་བསྟན་པས། ཐོག་མར་དཔོན་སྟོབ་ནམས་ཀྱི་སྒྲ་གོས་རུས་ཤིང་རྒྱབས་
པ་དང་། ལྷུང་བཟེད་དང་གདིང་བ་ལ་སོགས་པའི་ཡོ་བྱད་ནམས་བསྐྱམས་ནས་
གཞན་དག་གིས་མཐོང་བ་ན། རབ་བྱུང་བའི་རྩལ་ནི་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཁོ་ནའོ་
ཞེས་ཡིད་ཆེས་པར་འགྱུར་བ་མཛད། ཕྱིས་ནི་ལོ་རེ་འཕ་ལྔ་རེ་ཅམ་ཚོས་ཉན་པར་

ཚུལ་བའི་སློབ་མ་དག་གྲང་འདུལ་བའི་ཀུན་ཏུ་སྦྱོང་པ་ལ་བཀོད་པས་མངོན་སུམ་
 ཏུ་གྱུར་པ་ལྟ་ཞིག ། རྒྱང་རིང་པོ་ནས་ཐོས་པ་དག་གྲང་སྤྱོད་གཡོ་བས་སྦྱགས་
 ཐམས་ཅད་ཏུ་སྦྱན་པས་བྱབ་སྟེ་འགྲན་ཟླ་མེད་པར་གྱུར། ། དེ་ནས་སོ་སོ་ཐར་པ་
 ཅམ་གྱིས་ཆོས་མི་ཤེས་པར། སློབ་མ་རྣམས་སྦོན་པ་དང་འཇུག་པའི་བདག་ཉིད་
 ཅན་གྱི་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་ལ་བཀོད་དེ། དེའི་བསྐྱབ་པའི་གནས་དག་ལ་རི་ལྟར་
 སློབ་པའི་ཚུལ་གྱི་བསྟན་བཅོས་གྲང་མཛད། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་པའི་
 གནས་ལ་བསྐལ་པ་བྱེ་བར་བཅོན་པར་བྱས་གྲང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་
 རབ་དང་མི་ལྡན་ན་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོ་ལས་བཀལ་བར་མི་རྣམས་སོ་ཞེས་དགོངས་
 བས། དེ་དག་གི་ཚུལ་ལེགས་པར་སྦོན་པའི་སྒྲིམ་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་
 གདམས་ངག་གྲང་ཡི་གེར་མཛད། དེ་ལྟ་བུ་དེ་ལ་ལམ་གྱི་ཆ་རགས་པ་ཆང་ཡང་
 ཆེ་གཅིག་ཉིད་ལ། སངས་རྒྱས་པའི་སྤྲལས་གྱི་ཚུལ་ལ་འཇུག་དགོས་པར་དགོངས་
 བས། དང་པོར་སླེ་མ་བསྟན་པའི་ཚུལ་དང་། དེ་ནས་སླེ་མས་གནང་བའི་དམ་
 ཆོག་དང་སྦྱོམ་པ་རི་ལྟར་བསྐྱངས་པ་དང་། དབང་བསྐྱར་པ་སྦོན་ཏུ་འགོ་བ་
 རིམ་པ་གཉིས་ལ་རི་ལྟར་སློབ་པའི་ཚུལ་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་དང་། བྱེ་བྱག་ཏུ་
 དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་རྒྱུད། སློབ་དཔོན་འཕགས་པ་སྤྱི་སྤྱོད་ཡབ་སྤྱོད་གྱི་
 གཞུང་གཙོ་བོར་མཛད་པའི་གདམས་པ་དང་རྗེས་སུ་བསྟན་པའི། བསྟན་བཅོས་
 མང་ཏུ་མཛད། ས་མོ་སླང་གྱི་ལོ་༡༩༠༧ལོར་སྦོན་ལམ་ཆེན་མོ་མཛད་ཅིང་། ལོ་དེ་
 ཉིད་ལ་དགེ་ལྡན་རྣམས་པར་རྒྱལ་བའི་གྲིང་བཏབ། ས་མོ་ཕག་གྱི་ལོ་༡༩༡༧ལོར་རྒྱལ་
 ཆབ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་དབུ་ཞུ་དང་ན་བཟའ་བེར་བྱལ་ཞིག་གནང་སྟེ། གདན་སར་
 འོན་གྱིས་གོ་བར་མཛད་ནས་སྤྱི་གཤེགས་སོ། །

[[དགའ་ལྡན་གྲི་པ]] རྗེ་ཙོང་ཁ་པའི་སློབ་མའི་གཙོ་བོ་རྒྱལ་ཆབ་རྗེ་དང་།
 མཁས་གྲུབ་རྗེ་གཉིས་ཀྱིས་སླེ་མའི་གདན་ས་བསྐྱངས། དེའི་བརྒྱུད་པ་གདན་ས་
 སྦྱོང་མཁན་རིམ་བུར་རྣམས་ལ་དགའ་ལྡན་གྲི་པ་ཟེར། དགའ་ལྡན་གྲི་པ་ཞེས་པ་
 དེ་ནི་དཔོན་གྱི་གདུང་རྒྱུད་དང་། སླེ་མའི་ཡང་གྲིང་སོགས་མཐོ་རིམ་མི་སྤྱི་སྤྱོད་
 རྒྱུད་བྱིས་པའི་དུས་ནས་བྲི་ཐོག་ཏུ་བཀོད་པ་ལྟ་བུ་མིན་ཞིང་། བོད་གྱི་གདམ་དཔེ་

ལ། སྒྲིབ་པོའི་བྱ་ལ་ཡོན་ཏན་ཡོད་ན། དགའ་ལྡན་གྱི་ལ་བདག་པོ་མེད། ཅས་
ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་ལྟར་རིགས་རྩས་འབྱོར་པ་ས་ཚྭ་གས་བཅས་དམིགས་བསལ་གྱི་
དབྱེ་བ་གང་ཡང་མེད། མཁས་མང་འདུས་པའི་དབུས་སུ་ལྷུང་རིགས་གྱིས་ཚོད་
པའི་གྲལ་ལས་རྒྱལ་ཁ་སྤྲོས་ཐོབ་པ་གང་དེ། དགའ་ལྡན་གྱི་པའི་ཐོབ་ཐང་རག་གི་
ཡོད་པ་རེད། དེ་ནས་ད་ལྟའི་བར་དགའ་ལྡན་གྱི་པ་བརྒྱ་ཕྱེད་ཁྲི་བྱུང་ཡོད་པ་
རེད། རྗེ་རིན་པོ་ཆའི་སྒྲོབ་མ་རྣམས་ཀྱི་གདན་ས་འབྲས་སྤྲངས་དང་སེ་ར་བཏབ་
པ་ལ་རི་བོ་དགེ་ལྡན་པའི་གདན་ས་ཆེན་པོ། སེ་ར་འབྲས་དགའ་གསུམ་ཟར་བ་དེ་
བྱུང་། སྤྱིས་གཙང་བཀྲ་ཤིས་ལྡན་པོ་དང་། སྤྱུ་འབུམ་དགོན་པ། སྤྱུ་བྱང་བཀྲ་ཤིས་
འབྲེལ་རྣམས་ལ། རི་བོ་དགེ་ལྡན་པའི་ཆོས་བརྒྱད་རྣམས་འཛིན་སྐྱོང་སྤེལ་བའི་
ཕྱིན་ལས་འཇུག་པའི་སྐོ་ལྟ་བུ་ཆགས་ཡོད།

1. དགའ་ལྡན་དགོན་པ། རབ་བྱུང་བརྒྱན་པའི་ས་སྤྲང་སྤྱི་ལོ་1409ལོར་རྗེ་ཙང་
ཁ་པས་བཏབ།
2. འབྲས་སྤྲངས་དགོན་པ། རབ་བྱུང་བརྒྱན་པའི་མེ་སྤེལ་སྤྱི་ལོ་1416ལོར་འཇམ་
དབྱངས་བཀྲ་ཤིས་དཔལ་ལྡན་གྱིས་བཏབ།
3. སེ་ར་དགོན་པ། རབ་བྱུང་བརྒྱན་པའི་ས་ཕག་སྤྱི་ལོ་1419ལོར་བྱམས་ཆེན་
ཆོས་རྗེས་བཏབ།

ཆོས་དང་ཆོས་མིན་གྱི་དབྱེ་བ་མདོར་བསྡུས་ཅུ་མ་བཤད་པ། འོན་ཀྱང་དམ་
ཆོས་དར་བ་དང་། ལྡན་ཏུ་ཆོས་ལ་ཁ་གཡར་ནས་ཆོས་ལྷག་དང་ཆོས་རྒྱན་སྤེལ་
ནས་གཞན་མགོ་གཡོག་སྟེ། རང་དོན་བརྒྱབ་མཁན་ཡང་མང་པོ་བྱུང་ཡོད་པ་ནི་
དེང་རུས་ཡང་ཡོད་པ་འདི་བཞིན་ནོ། དེ་ཡང་སྤྱི་ལོའི་རུས་རབས་དགུ་པའི་མཇུག་
དང་། བརྒྱ་པའི་ནང་རུ་ཆོས་ལྷག་བྱེད་མཁན་མང་པོ་བྱུང་ཡོད་པ་དེ་དག་སྤྱན་
འབྱོན་པར་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ། ལྷ་སྤྱུ་མ་ཡེ་ཤེས་འོད་གྱིས་ཞལ་གདམས་སྐོར།
མཁར་ཆེ བསམ་གཏན་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་མཛད་པའི་བཙན་པོ་ལྷ་སྤྱུས་དར་མ་
དང་དེའི་རྗེས་སུ་བྱུང་བའི་རྒྱལ་རབས་མདོར་བསྡུས་ལས། ལྷ་སྤྱུ་མ་ཡེ་ཤེས་འོད་
གྱིས་རུས་རབས་དགུ་པའི་བྱེད་གཉིས་པ་དང་། རུས་རབས་བརྒྱ་པའི་ནང་བྱུང་

གདལ་རུ་དར་བའི། སངས་རྒྱལ་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་སྤྲུགས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་དང་སྦྱོང་
 ཚུལ་ལ་དོགས་པ་ཐོས། ཁོང་གིས་སངས་རྒྱལ་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་འདུལ་བའི་ལྟ་བ་
 སྦྱོང་པ་འདི་བདེན་ན་སྤྲུགས་ཀྱི་ལྟ་སྦྱོང་མི་བདེན། སྤྲུགས་ཀྱི་ལྟ་སྦྱོང་འདི་བདེན་
 བ་འདུལ་བའི་ལྟ་སྦྱོང་འདི་མི་བདེན་ཞེས་གསུངས། དེར་བརྟེན་རུས་སྐབས་དེར་
 དར་བའི་སངས་རྒྱལ་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་སྤྲུགས་ཀྱི་ལྟ་བ་དང་སྦྱོང་པ་ཐུགས་མ་ཆེས་
 བས་དེ་དག་བཀག་འཁོག་བྱེད་པའི་ཆེད་བཀའ་ཤོག་གིས་ནས་བཏང་བར་མཛད།
 བཀའ་ཤོག་དེའི་ཆོག་འགའ་ཤས་འདི་ལྟར་འདུག །

ད་ལྟ་ལས་ཟད་རྒྱལ་པོའི་བྱིམས་ཉམས་པས། །

རྒྱགས་ཆེན་མིང་བཏགས་ཆོས་ལོག་ཐོད་རུ་དར། །

ལྟ་བ་ཐུན་ཅི་ལོག་གི་སར་རྒྱགས་པ། །

ཆོས་པ་མིང་བཏགས་ཆོས་ལོག་ཐོད་རུ་དར། །

དེ་ཡིས་རྒྱལ་བཟུན་ཕུང་སྟེ་འདི་ལྟར་གྱུར། །

སྦྱོལ་བ་དར་བས་ར་ལུགས་ཉལ་ཐག་བཅད། །

སྦྱོར་བ་དར་བས་མི་རིགས་འཆོལ་བ་འབྲེས། །

སྤྲུག་སྦྱབ་དར་བས་ནད་པ་གསོ་རྒྱེན་ཆད། །

བམ་སྦྱབ་དར་བས་རུར་སའི་མཆོད་པ་སྟོང་། །

མཆོད་སྦྱབ་དར་བས་མི་ལ་གསོན་སྦྱོལ་བྱུང་། །

སྤྲིན་པོ་ཤ་ཟ་མཆོད་པས་མི་ནད་སྦྱགས་ནད་བྱུང་། །

མི་བསྐྱར་རུད་པ་བཏང་ཡུལ་གྱི་ལྟ་སྦྱུ་འཕངས། །

དེ་ལྟར་སྦྱོང་པ་ཐེག་ཆེན་ཡིན་ནམ་ཅི། །

བྱེད་ཅག་ཤོང་གི་མཁན་པོ་སྤྲུགས་པའི་སྦྱོང་ཚུལ་འདི། །

རྒྱལ་ཁམས་གཞན་རུ་ཐོན་ན་གཞན་དག་ངོ་མཆར་རྒྱ། །

དེད་ཅག་སངས་རྒྱལ་ཡིན་ན་ཟེར་བའི་སྦྱོང་པ་ནི། །

ལས་ཀྱི་སྤྲིན་པོ་བས་ནི་སྟོང་རྩེ་རྒྱུང་། །

ཁྱ་དང་སྦྱང་ཁྱ་བས་ནི་ཤ་དད་ཆེ། །

བོད་རང་སྤྱང་རིང་བས་ནི་འདོད་ཆགས་ཆེ། །
 ཁང་རུལ་སྤྱར་ཁོག་བས་ནི་སྤྱར་དད་ཆེ། །
 བྱི་དང་པག་པ་བས་ནི་གཙང་བཅོག་ཆུང་། །
 གཙང་མ་ལྟ་ཡི་རིགས་ལ་དྲི་ཆེན་དང་། །
 དྲི་ཆུ་ཁུ་ཁྲག་དག་གིས་མཆོད་འབུལ་བས། །
 རོ་སྤྱག་འདམ་རུ་སྒྲེ་བ་སྤྱིང་རེ་རྒྱེ། །
 རྩོ་སྤྱན་གསུམ་བྱི་ཚོས་ལ་བསྐྱར་བཏབ་པས། །
 མནར་མེད་དམུལ་བར་སྒྲེ་བ་སྤྱིང་རེ་རྒྱེ། །
 སྒྲོལ་བས་སྒྲོག་ཆགས་བསད་པས་ནམ་སྤྱིན་གྱིས། །
 ལས་བྱི་སྤྱན་པོར་སྒྲེ་བ་སྤྱིང་རེ་རྒྱེ། །
 སྤྱིར་བས་འདོད་ཆགས་དར་བས་ནམ་སྤྱིན་གྱིས། །
 མངལ་བྱི་སྤྱན་བྱར་སྒྲེ་བར་སྤྱིང་རེ་རྒྱེ། །
 ཤ་ཁྲག་གཅིན་གྱིས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་མཆོད་ཅིང་། །
 རྩམ་དགོངས་མི་ཤེས་དང་ཐད་ཚོས་སྤྱོད་པ། །
 གཞོད་སྤྱིན་སྤྱན་པོར་སྒྲེ་བ་ཐེག་ཆེན་པ། །
 དེ་ལྟར་སྤྱོད་པའི་སངས་རྒྱས་ཨེ་མ་མཆར། །ཞེས་སོ།

ལོ་ལྔ་བ་རིན་ཆེན་བཟང་པོས་ (958-1055) རྒྱ་གར་རུ་སྤྱོད་གཉེར་བྱས་ནས་
 རང་ཡུལ་རུ་དགྲང་ལོ་ཉེར་བདུན་པ་སྤྱི་ལོ་985ལོར་ལན་དང་པོར་འཁོར། ལོ་ལྔ་
 བ་འདིས་གུ་གའི་ཡུལ་རུ་ལྷ་སྤྱ་མ་ཡེ་ཤེས་གྱིས། སྤྱི་ལོ་996ལོར་ཐོ་ལིང་མཐོ་ལྷིང་
 གསེར་བྱི་ལྷ་ཁང་ཞེས་བོད་བྱི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་མཆོན་སྤྱན་ཆེ་བའི་གཙུག་ལག་ཁང་དེ་
 བཞེངས་པར་རམ་འདེགས་བྱས། གཙུག་ལག་ཁང་འདི་ཉིད་མཐོགས་པོར་སྤྱོད་
 མངའ་རིས་སངས་རྒྱས་ཚོས་དང་། རིག་གནས་བྱི་སྤྱོད་གཉེར་བྱེད་ས་རྒྱ་ཆེན་པོར་
 ཆགས་པ་རེད། ལྷ་སྤྱ་མས་ཚོས་ལོག་ཆེས་ཆེར་དར་བ་དེ་ལ། དབྱེད་མ་བཟོད་ནས་
 ལོ་ལྔ་བ་རིན་ཆེན་བཟང་པོ་དང་། ཁོང་གི་མཉམ་རུ་རང་གི་གཙུང་པོ་འཁོར་ལོ་
 རྩེའི་མངའ་སྤེ་ཕུ་རངས་ནས། གཞོན་ཅུ་སྤྱོད་རིག་གྲུང་པོ་བཅོ་ལྔ་བསྐྱས་ནས་ཁ་

ཆེར་མངགས་ཏེ་སྤྲུགས་ཀྱི་ལྟ་བ་དང་། སྦྱོང་པ་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་དགོས་ཞེས་
བཀའ་བསྒྲིགས། བོ་བྱང་ཞི་བ་འོད་གྱིས། གཞན་ཡང་གསང་སྤྲུགས་སྤྲུག་དོན་ཅུབ་
ཀྱང་ཅིང་། །སྦྱོར་སྦྱོལ་དང་ནི་ཆོགས་ལ་སོགས་པས་སྤྲད། །འདི་རྣམས་དོན་ངེས་
བཅའ་ཕྱིར་བཀའ་གཉེར་ཏེ། །ལོ་ལྔ་རིན་ཆེན་བཟང་པོ་ཁ་ཆེར་བརྒྱུད་ས། །

སྐབས་དེར་འདི་དང་འདི་ལྟ་བུའི་ཆོས་ལོག་དར་བ་རྣམས་བསྐྱབས་པའི་ཆེད་
དུ་ལྟ་བུ་མ་ཡེ་ཤེས་འོད་གྱི་ཆ་བོ་ལྟ་བུ་བཅུན་བྱང་ཅུབ་འོད་གྱིས་རྩོམ་ཆེ་དཔལ་ལྷན་
ཨ་ཏི་ཤ་བོད་དུ་གདན་དྲངས་ནས། རྒྱ་འབྲས་གྱི་ཆོས་གཙོ་བོར་སྟོན་པ་བྱང་ཅུབ་
ལམ་གྱི་སྟོན་མེ་གསུངས་ཏེ་བཀའ་གདམས་གྱི་རིང་ལུགས་དར་བ་དང་། དེ་དང་
དུས་མཚུངས་སུ། མར་པ་ལོ་ལྔ་བ་ནས་བརྒྱད་པའི་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་རྒྱ་གཞུང་
ཡང་དག་པ། ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་འཆད་ཉན་དར་བ་དེ་གཉིས་གཅིག་དུ་བསྐྱས་ཏེ་
ཉམས་སུ་བྱངས་པ་ལ། བཀའ་ཕྱག་རྒྱ་བོ་གཅིག་འདྲེས་ཞེས་པའི་གདམས་ངག་གི་
ལུགས་དེ་དར། གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྤྲོད་ཡང་དར་རྒྱས་སུ་བྱིན་པ་ལ་
གསང་སྤྲུགས་གསར་མ་ཞེས་ཟེར།

དེ་ལྟ་བོད་སིལ་བུའི་སྐབས་ཀྱི་ཆོས་ལོག་བྱེད་མཁན་དེ་དག་ལ་ལྟ་བུ་མ་ཡེ་ཤེས་
འོད་དང་། འགོས་ཁྱུག་པ་ལྟ་བུ་བཅས། འབྲི་གྲུང་དཔལ་འཛིན་སོགས་མཁས་གྲུབ་
གཉིས་ལྟན་གྱིས་བླ་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཆོས་ལོག་དང་གཞན་མགོ་བསྐྱར་མཁན་རྣམས་
སུན་འབྲིན་པའི་ལུང་རིག་མང་པོ་སྟེལ་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་རྗེས་སུ་གྲུབ་
མཐའི་ཁ་འཛིན་ཅན་ཁ་ཅིག་གིས་དེ་དག་གིས་རྟིང་མ་ལ་དགག་པ་གནང་བ་རེད་
ཅེས་ནག་རང་ལེན་བྱས་ཡོད་པ་རེད། དོན་དངོས་རྟིང་མ་ལ་དགག་པ་ཙུ་བ་
ནས་གནང་མེད་དེ། མཁན་སྟོབ་ཆོས་གསུམ་དང་། ལོ་ཆེན་བེ་རོ། སྐུ་ཚལ་ཞང་
གསུམ་ལ་སོགས་པའི་གསང་སྤྲུགས་རྟིང་མའི་ཤིང་རྟའི་སྟོལ་འབྱེད་དེ་དག་ཆང་
མ་ཆང་མའི་སྟེས་སུ་ཡིན་པར་གསལ་ཐག་ཆོད་གསུངས་འདུག །གཙོ་བོར་སྐབས་
དེ་དུས་ཀྱི་ཆོས་ལོག་སུན་འབྲིན་པ་དང་། དོགས་གཞི་ཡོད་རིགས་ལ་དག་ཐེར་
གནང་ཡོད་པ་རེད།

ལེའུ་བདུན་པ།

བོད་ཀྱི་སྤྱི་ལ་རྒྱུན་རིག་གཞུང་ཕྱི་ཆོན་གྱི་བཤད།

ས་བཅད་དང་པོ། བཟོ་རིག་ལག་རྩལ་གྱི་གཞུང་ལུགས་སྟོར།

བོད་ཀྱི་བཟོ་རིག་ལག་རྩལ་ནི་ཆོས་གནའ་བོའི་རྒྱས་ནས་དར་སྤྱོད་བྱུང་བ་ཞིག་
 རེད། ཉེ་ཆར་ས་འོག་ནས་ཐོན་པའི་གནའ་ཤུལ་ལག་ལ་བརྟགས་ན། གྱི་ལོའི་
 སྟོན་གྱི་ལོ་རྒྱུད་ཕྱག་བདུན་བརྒྱད་ཅུ་མ་གྱི་རྒྱས་ན། བོད་རྒྱུ་ཁང་པ་བཟོ་བའི་
 ལག་རྩལ་མཐོ་པོར་ཆགས་ཡོད་པ་དང་། གཞན་ཡང་རྫོང་དང་། རྒྱས་པ། ཟངས།
 རྩ་མ་ལ་སོགས་པའི་འཆོ་བའི་ཉེར་སྤྱོད་དང་། རྒྱན་ཆས་སྤྲོ་ཆོགས་བཟོ་རྒྱུའི་ལག་
 རྩལ་ལག་པོར་ཡོད་པ་ཤེས་ཐུབ། དེ་ན་བོད་ཀྱི་རྫོང་བཟོ་དང་། ཤིང་བཟོ། མགར་
 བ། རྩ་མ་ཁན། འཐག་མ་ཁན། འཆོ་བཟོ་ལ་སོགས་པའི་ལག་ཤེས་སྟོར་དེ་
 དག་ལ་ལོ་རྒྱུད་ཕྱག་མང་པོའི་ལོ་རྒྱས་ཡོད་པ་ཞིག་རེད་འདུག གྱི་བོད་ཀྱི་
 བཟོ་རིག་ལག་རྩལ་ཟེར་བ་དེའི་ནང་དེང་རབས་ཀྱི་ཨར་ལས་དང་། བཟོ་བཞོད།
 མཛེས་རྩལ། ལག་བཟོ་ལ་སོགས་བཟོ་རིག་ཐམས་ཅད་དང་། རྒྱ་གར་རོལ་
 དབྱངས་ཀྱི་སྟོར་དང་། ཆོན་རིག་ཞིབ་འཇུག་གི་ལས་ཀ་ཐམས་ཅད་འདྲིར་འདུས་
 ཡོད་པ་ཞིག་རེད། འོན་ཀྱང་ནང་ཆོས་བོད་རྒྱ་དར་རྒྱས་ཏེ་ཅང་ཐལ་ཆེ་བའི་ཆོས་
 ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བ་དྲིལ་བསྐྱགས་དང་དར་སྤྱོད་བྱས་སྟབས། བོད་འདྲིར་སྤྱོད་འཕྱོར་
 རིག་གསུམ་དང་འབྲེལ་བའི་ཆོན་རིག་གི་ཤེས་བྱ་དང་། ལག་རྩལ་ནི་རིན་ཐང་
 ཐལ་པ་དང་། ནང་ཆོས་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་རིགས་ཐམས་ཅད་ལ་མཆོག་དང་།
 གཙོ་བོར་བྱ་བའི་ལུགས་སྤྱོད་ཞིག་ཆགས་ཏེ། ནང་ཆོས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་
 ལས་རིགས་ཐམས་ཅད་ལ་མཆོག་གི་བཟོ་རིག་དང་། ནང་ཆོས་དང་འབྲེལ་བ་མེད་
 པའི་ལག་རྩལ་གལ་ཆེན་རིགས་དེ་དག་ལའང་ཐལ་པའི་བཟོ་རིགས་ཞེས་དབྱེ་བ་
 ཐུས་ཡོད་པ་རེད། འདྲིར་བོད་རྒྱ་ཡོངས་གྲགས་ནང་པའི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་

བཟོ་རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་སྤྱེ་ཚུལ་ལྟར་བཤད་པར། མཚོག་གི་བཟོ་རིགས་ལའང་ལྟས་
བཟོ་དང་། དག་བཟོ། ཡིད་བཟོ་གསུམ་དབྱེ་སྟོལ་འདུག །

གཅིག །མཚོག་གི་ལྟས་བཟོ།

མཚོག་གི་ལྟས་བཟོ་ནི། ཤེས་བྱ་ཀུན་ཁྱབ་ལས། ལྟས་བཟོ་མཚོག་ནི་སྐྱ་གསུང་
ཐུགས་རྟེན་ཏེ། ཞེས་སྐྱ་རྟེན་རྒྱལ་བའི་སྐྱ་བརྟན་གྱིས་འབྱར་ནམས་དང་། གསུང་
རྟེན་བཀའ་བརྟན་སོགས་གསུང་རབ་ཀྱི་དཔེ་ཆ་ནམས། ཐུགས་རྟེན་མཚོད་རྟེན་
དང་ཐུག་མཚན་གྱི་རིགས་ལ་སོགས་པ་ནམས་ཡིན་པར་གསུངས། སྐྱི་ལྟ་སྐྱ་ལ་གྱིས་
སྐྱ་དང་། འབྱར་སྐྱ་སྟེ་རིགས་གཉིས། དེ་དག་རེ་རེ་ལའང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐྱ་ཚད་
དང་། སྐྱ་སྐྱའི་ཆ་ཚད། ཡི་དམ་རྒྱུད་སྟེ་སོ་སོའི་སྐྱ་ཚད་དང་ཉམས་འཁྱུར་མི་འདྲ་
བ། ལྟ་ཞི་བ་དང་ཁྱོ་བའི་སྐྱ་ཚད་མི་འདྲ་བ་དང་། ལྟ་སོ་རྒྱུད་དང་སོ་རྒྱུད་ཀྱི་སྐྱ་
ཚད་མི་འདྲ་སོགས་ཞིབ་ཐུའི་ལག་ལེན་ཡོད་པ་མ་ཟད། ལྟ་སྐྱ་དེ་དག་ལ་ངེས་པར་
ཚང་དགོས་པའི་མངེས་ཚུལ་གྱི་རིགས་ལ། རྒྱུ་ཆ་དང་། ཐུག་མཚན། ཁྱི་རྒྱལ་
ཡོལ། ཚོན་མདངས། དུལ་བཞོད་བཅས་སོ། །

དེ་ཡང་རྒྱན་གྱི་རིགས་ནི། ཤེས་བྱ་ཀུན་ཁྱབ་ལས། ཚོས་གོས་རིན་ཆེན་རྒྱན་
བརྒྱད་དར་གོས་གཉིས། །ཐུག་རྒྱ་རྩར་ཁྲོད་དཔལ་ཆས་བརྒྱད་དམ་བཅུ། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར། སྐུལ་པའི་སྐྱ་ཆགས་བྲལ་གྱི་ནམ་པ་ཅན་ནམས་ལ་ཚོས་གོས་
ནམ་པ་གསུམ། ལོངས་སྐྱ་ནམས་ལ་རིན་པོ་ཆའི་རྒྱན་བརྒྱད་དེ། དབུ་རྒྱ།
སྟན་རྒྱ། མགུལ་རྒྱ། དབུང་རྒྱ། རོ་ཤལ། སེ་མོ་དོ། གཏུ་བྱ། སྒྲ་རགས་
སམ་འོག་པག་ནམས་ལ་ཚ་བའི་རྒྱན་ཡང་ཟེར། དེའི་སྟེང་རྩ་སྟན་གོང་ཤུལ་
དང་། ཀླང་གཏུབ་གཡེར་ཁ་སོགས་ཉེ་བའི་རྒྱན་རྩ་ཐུགས་པ་ནམས་སོ། །

དར་གོས་གཉིས་གཉིས་ནི། རྟོད་གཡོག་དང་སྦྱང་ཤམ་གཉིས་ཡིན། །རྟིང་
མ་བཀའ་མར་དར་གྱི་ཆས་གོས་ལྟ་ཐུགས་པ་ནི། ཟི་ཕྱིར། ཅོད་པན། ཀར་གྱི་ཕུ་
རུང་། གསངས་ཁེབས། ཚི་བུའི་སྦྱང་དཀྱིས་ནམས་སོ། །

ཁྱོ་བའི་སྐྱ་ལ་རྩར་ཁྲོད་གྱི་ཆས་བརྒྱད་ནི། བཞོ་བའི་གོས་གསུམ་སྟེ། མི་ཐུགས་
གྱི་གཡང་གཞི། སྤང་ཆེན་གྱི་ཀོ་རྟོན། ཐུག་ཐུགས་གྱི་ཤམ་ཐབས་ནམས་སོ། །

གདགས་པའི་རྒྱུ་གཉིས་ནི། རྒྱལ་རྒྱུ་དང་བོད་རྒྱུ་གཉིས། དེ་ཡང་རྒྱལ་
རྒྱུ་ལའང་རྒྱལ་རིགས་དཀར་ཁྲི་དབུ་རྒྱ། རྩེའུ་རིགས་སེར་ཁྲི་རྒྱ་རྒྱ།
བྲམ་ཞི་དམར་ཁྲི་མཁུལ་རྒྱ། དམངས་རིགས་ནག་ཁྲི་སྐར་གས། གདོལ་
རིགས་ལྗང་ཁྲི་ཕྱག་གདུབ་ཞབས་གདུབ་བྱས་པ་བཅས་སོ། །

བོད་རྒྱུ་ལ་བོད་སྐུ་དབུ་རྒྱུ་དང་། རྒྱུ་པས་སེར་ལ་ཁ་བཅས་སོ། །

ཕྱག་པའི་རྒྱུ་གསུམ་ནི། རྒྱུ་མཚམས་ཐལ་ཆེན་གྱི་ཚུལ་བྱ། མཁུར་ཚུལ་
ལ་རྟའི་ཐིག་ལེ། རྒྱུ་མར་ཞག་གི་བོ་རིས་རྣམས་སོ། །

ཕྱག་མཚན་སྐར། ཕྱག་མཚན་གཙོ་བོ་ལྷ་སོ་སོའི་ཕྱགས་རྩེའམ་རུས་པ་མཚན་
པའི་རྒྱུ་རིགས་ཤིག་སྟེ། དེའང་རྩི་རྩི་དང་། དྲིལ་བྱ། ཕུར་པ། གྱི་གྱག་བོད་པ་
ལ་སོགས་པ་མཐའ་ཡས་པ་རྣམས་སོ། །

ཁྲི་རྒྱུ་ཡོལ། བྱང་ཕྱོགས་དག་པའི་ཚུལ་བདུན་མཚན་བྱེད་དུ་ཁྲི་འཕྱོགས་
ལེ་ཚན་བདུན་ནི། ཁྲི་གདན། ཁྲི་གདོང་། ཁྲི་རྒྱང་། ཁྲི་མང་གཉིས། བ་གམ།
ལན་ཀ་བཅས་བདུན་དང་། འདེགས་བྱེད་ལ། སེང་གེ་དང་། སྤང་ཆེན།
མ་བྱ། ཤང་ཤང་། ཉི་མ། ཟླ་བ། པ་བཅས་གྱི་གདན་རྣམས་ནི། དེམ་
བཞིན་དུ་སྟོབས་བཅུ་མཚན་བྱེད་སེང་གེ་དང་། དབང་བཅུ་མཚན་བྱེད་སྤང་
ཆེན། རྒྱུ་པ་མཚན་བྱེད་མ་བྱ། བྱང་རྒྱུ་གྱི་ཕྱོགས་མཚན་བྱེད་ཤང་ཤང་།
དོན་དམ་ཞེ་ཡིག་མཚན་བྱེད་ཉི་གདན། ཀྱན་རྩི་ལྷ་ཡིག་མཚན་བྱེད་ཟླ་གདན།
རྒྱུ་གསུམ་གྱིས་མ་གོས་པའི་ཡོན་ཏན་མཚན་བྱེད་པད་གདན་བཅས་སོ། །

པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་དུག་མཚན་བྱེད་དུ་རྒྱུ་ཡོལ་གྱི་རྒྱུ་དུག་ནི། མཁའ་ལྷིང་
དང་། རྒྱུ་ཁྲི། བྱིས་པ། སྤང་པ་ཆེ། ཤར་རྩ། སྤུ་ཕྱག་རྣམས་སོ། །

ཚོན་རྒྱུ་ནི། ཚ་བའི་ཚོན་ཆེན་བཞི་ནི། དཀར་དང་། སེར། དམར།
སྟོ། ལྗང་གུ་དང་ལྗང་དང་། ཡན་ལག་གི་ཚོན་འབྲིང་པོ་དབུ་ནི། ལི་ཁྲི་ཁ་ཤར་
རོས་གསུམ། མོན་མ་དུང་ཁ་ས་ཁ་གསུམ། རྒྱག་པོ་རུས་ཁ་གཡུ་ཁའོ། །

ཡན་ལག་ཚོན་རྒྱུ་རྒྱས་པ་སུམ་རུ་སོ་གཉིས་ནི། དཀར་པོ་དཀར་སེར་
དཀར་དམར་རྒྱ་ཤེལ་མདོག། སེར་པོ་སེར་སྐྱ་དམར་སེར་ལི་ཁྲི་མདོག། དམར་པོ་

དམར་སྐྱ་དམར་སྐྱ་ག་རྒྱ་སྐྱ་མདོག་། ཁྲོན་པོ་སྐྱ་མཐིང་ནག་གཡུ་ཁ་མདོག་།
 ལྷང་ཁུ་ལྷང་སེར་ལྷང་སྐྱ་ལྷང་ནད་གོ་། ཤ་ཁ་ར་ཁ་མོན་ཁ་ཐལ་ཁ་དང་། སྐྱ་ག་
 པོ་སྐྱ་ག་ནག་ན་རོས་སྒོ་བ་ཁ། འུད་ཁ་རེ་ཁ་རུས་ཁ་ཐུན་མདོག་གོ་། ཁྲིས་པ་ལ་
 སོགས་ནང་གསེས་ཀྱི་ཚོན་སྒྱུར་མཐའ་ཡས་པ་འབྱུང་སྤྱིད་ཀྱང་། མདོར་བསྡུས་ན།
 སྐྱ་མ་བཟིན་བཀྲག་གསུམ་འདྲིམས་ན། ཚོན་སྒྱུར་ལེགས་པའི་ཚད་རུ་བཤད། །
 མདངས་ལའང་བཅག་མདངས་ཡུངས་ཞི་བདེ་ལ་འདྲ། འབར་མདངས་ཀྱི་ཤའི་ཆེ་
 འདྲ། བཤལ་མདངས་འཇའ་ཚོན་ཡལ་འདྲ་བཅས་དགོས། ཡུལ་བཞོད་ཀྱི་བྱང་
 པར། བོད་ཀྱི་ལྷ་བྱིས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སོ་སོའི་ཉམས་སྦྱང་དང་གསར་གཏོད་གནང་
 བའི་ཡུལ་བཞོད་ཀྱི་རི་མོ་འབྲི་ཚུལ་ནི། ཅ་བའི་པ་ཏ་རིགས་བརྒྱད་དང་། མེ་རི་
 རིགས་གསུམ་ཐུན་མོང་གི་ལུགས་འགའ་ཞིག་སྤྱད། སོ་སོའི་ཡུལ་བཞོད་ཀྱི་བྱང་
 པར་ནི། «ཤེས་བྱ་ཀུན་བྱབ་» ལས། ཁང་བཟང་ལ་སོགས་བྱང་ཆུབ་ཤིང་། ཁེ་
 ཏོག་སྐྱ་ཚོགས་མཚོད་པའི་སྒྲིན། འཁྱེད་འབྲེལ་རི་མོ་རེན་ཆེན་ཤིང་། བཟོ་མཐའ་
 མ་འདྲེས་རང་རང་བརྒྱད། རྒྱ་གར་བཟོ་ཡི་བྱང་ཚོས་ཡིན། མཛེས་ལྡན་རི་མོ་
 མདངས་ལྡན་པ། བཀྲ་ཤིས་གཟུགས་བརྟན་གོས་ཀྱི་རྒྱུད། ཁྲི་དང་མཚར་བའི་
 གྱེ་བྲག་རྣམས། རྒྱ་ནག་བཟོ་ཡི་བྱང་ཚོས་ཡིན། རྒྱ་གནས་སྟོག་ཆགས་མཚོ་དང་
 རིང་། འདྲི་ཞིམ་ནགས་ཚལ་སྒྲུ་ཡི་རྩས། སྒྲན་སྟོས་ལྷ་བ་ལྷ་བ་རི་མོ་རྣམས། ཁ་
 ཆེ་བཟོ་ཡི་བྱང་ཚོས་ཡིན། འབྱུང་བཞི་པ་ཏ་འཇའ་དང་སྒྲིན། ཁྲོན་ཤིང་རིན་
 ཆེན་སྒྲལ་རིས་རྒྱན། བལ་པོའི་བཟོ་ཡི་བྱང་ཚོས་ཡིན། བྲག་དང་སྤང་རི་རི་
 དུགས་དང་། ཁྲ་བྱི་ཆུན་འབྱུང་མཛེས་པའི་རྒྱན། རྒྱ་ཚོགས་གཟུགས་དང་
 གངས་རིའི་ཁྲོད། གངས་ཅན་བཟོ་ཡི་བྱང་ཚོས་ཡིན། ཁྲིས་གསུངས་པ་ལྷར་རོ། །
 གནའ་ནས་ད་བར་བོད་ཀྱི་རི་མོ་འབྲི་ཚུལ་ལ་གསར་དར་རྒྱུ་གི་ལོ་རྒྱུས་
 མང་པོ་བྱུང་ཡོད་པ་ལས། དེང་རུས་ཡོངས་གྲགས་དར་སྟོལ་ཆེ་ཤོས་ལ་སྐར་
 ལུགས་དང་། སྒྲན་ལུགས་གཉིས་ཡིན། སྐར་ལུགས་ལའང་གསར་རྒྱུང་གཉིས་
 དང་། སྒྲན་ལུགས་ལའང་གསར་རྒྱུང་གཉིས་བཅས་བྱུང་ཡོད་པ་དེ་དག་གི་བྱང་
 ཚོས་སོ་སོའི་གཞུང་ལུགས་དག་ཤེས་པར་གྱིས་ཤིག ཀའན་ཡང་། ཕྱི་རྒྱ་སྐར་པའི་

ལྷགས་དང་། མཁྱེན་ལྷགས་སྒྲིལ་མིང་མི་དོར་བ་ཅམ་མཐོང་རྒྱ་འདུག །

གསུང་རྟེན་གསུང་རབ་ཀྱི་གཞི་ནི་ཡི་གེ་ཡིན་ལ། བོད་ཀྱི་ཡི་གེའི་ངོ་བོ་ལ་
 ཚ་བའི་ངོ་བོ་དབྱངས་བཞི་དང་གསལ་བྱེད་སྟུམ་ཅུ། དེ་དག་ཕན་ཚུན་སྦྱར་སྟོག་
 གི་གོ་རིམ་ནང་དུ་བོད་སྐད་ལ་ཉེར་བ་མཁོ་བའི་སྟོན་འདུག་དང་། རྗེས་འདུག
 མགོ་ཅན་དང་། འདོགས་ཅན་གྱི་རྣམ་པ་ལ་འགྱུར་བ་ཆེར་འབྱུང་མེད་པར་འདྲ་
 རྟེ། བོན་གྱི་གྱི་སྟོན་པ་གཤེན་གྱི་སྐབས་སུ་འདྲ་བོད་ཀྱི་ཡི་གེའི་ངོ་བོ་གོང་གསལ་
 འདི་དག་ལས་གཞན་མེད་པར་གསལ། ལོ་རྒྱུས་ཐོག་བོད་ཀྱི་ཡིག་གཟུགས་ལ་
 འགྱུར་བ་ཉ་ཅང་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་ཀྱང་། ཚ་བའི་ཡིག་གཟུགས་དབྱ་ཅན་
 དང་དབྱ་མེད་གཉིས་ལས་མ་འདས། དེའང་དབྱ་ཅན་ལ་ཡིག་དཀར་དང་། དབྱ་
 མེད་ལ་ཡིག་ནག་གྱུང་བེད། དེ་དག་ལ་ནང་གསེས་རྣམ་པའི་སྟོན་ནས་དབྱེ་ན།
 གཟབ་ཆེན་གཟབ་ཆུང་གཉིས། འབྲུ་ཆེན་འབྲུ་ཆུང་གཉིས། བཤུར་མ་དཀྱུས་
 མ་གཉིས་བཅས་དུག་དུ་འདུས་པ་ཤེས་བྱ་ཀྱན་བྱབ་ལས་གསུངས། སྟུགས་རྟེན་ནི།
 བདེ་གཤེགས་མཆོད་རྟེན་ཆ་བརྒྱད་ལ་སྒྲིལ་པ་མཆོད་རྟེན་གྱི་རིགས་རྣམས་
 དང་། དེ་དག་གི་ཐོག་དང་མཆོད་ཆོད་རྒྱུད་སྟེ་རྣམས་སུ་གསུངས་པ་ཞིབ་པར་
 གཞུང་སོ་སོ་ལས་ཤེས་པར་བྱ།

མཆོག་གི་ངག་བཟོ་ནི། གཙོ་བོ་གཞན་གྱི་ལོག་རྟོག་འཛོམས་པའི་ཚུད་པ།
 གདུལ་བྱ་རྗེས་སུ་འཛིན་པའི་འཆད་པ། བསྟན་པ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ཚུམ་པ་
 གསུམ་ཡིན་ཞིང་། གཞན་ཡང་དགོན་མཆོག་མཆོད་པའི་དོན་དུ་དབྱངས་གྱིང་
 རོ་བཞི་དང་། ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས། སྟེལ་མ་མཐའ་ཡས་པ་རྣམས་ཏེ། དེ་ཡང་
 འདྲེན་པ་དང་། བཀྱག་པ་དང་། རྟེང་པ། འགྱུར་སྟུག་བཅས་ང་རོ་བཞི། །
 ཆོགས་སུ་ཁེང་གེའི་ང་རོ་དང་། །དབེན་པ་བྱང་པ་རོལ་པའི་ཚུལ། །མཁས་པའི་
 མདུན་སར་ནི་ཚོའི་དབྱངས། །མ་བྱ་འཛོ་སྟེག་མོངས་ནང་དུ། །སྟོ་ཆོ་དང་བ་
 ཀྱན་འདྲེན་པ། །རྗེས་སུ་དགའ་བ་འདོད་ལྟོ་མདུལ། །མཆོད་ལ་དགའ་བའི་མེ་
 ཏོག་སྟེ། །བ་ཚྲི་ཆུ་བྱང་སྟེག་སྟོང་ལ། །རང་སྟུགས་བསྟོད་ན་ལྟ་ཡི་ང། །ཕ་
 རོལ་སྐད་ན་འཁོར་བེལ་གནོན། །ཀྱན་དུ་སྟན་པ་དྲི་བའི་དབྱངས། །སྟེལ་མ་མེ་

ཏོག་ཕྱིར་ལྷན་ཡིན། །ཞེས་སོ། །

མཆོག་གི་ཡིད་བཟོ་ནི། རྒྱལ་བའི་བཀའ་དང་དགོངས་འབྲེལ་གྱི་བརྟན་བཙུག་བཙུག་
ནམས་ལ་དང་པོ་ཐོས་པ་བསགས་པས་སྤང་དོར་གྱི་མིག་སྟེ། བར་དུ་ལེགས་པར་
བསམ་པས་ཐེ་ཚོམ་གྱི་སྟོ་འདྲོགས་ཆོད། ཐ་མ་ཚུལ་རི་བཞིན་བསྐྱེམས་པས་གནས་
ལྷགས་གྱི་དོན་གཏན་ལ་འབེབས་པ་ནམས་ནི་མཆོག་གི་ཡིད་བཟོ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས། སལ་པའི་བཟོ།

ལུས་བཟོ་སལ་པ་ནི། 《ཤེས་བྱ་ཀུན་ཁྱབ་》ལས། ལུས་གྱི་བཟོ་སལ་པ་ནི།
རྒྱལ་བའི་ཕོ་བྲང་སོགས་ཁང་པ་བཅེགས་པ་དང་ཁང་མིག་ལྷ་བརྒྱ་པ། རྒྱུ་བའི་
ཁང་བྱིས། རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོར་བཤོད་པའི་གྲུ་གཟིངས་ཆེན་པོ། རྒྱ་གར་བལ་པོ་རྒྱ་
ནག་སོགས་གྱི་རྒྱ་ལ་བཤོད་པའི་གྲུ་རྒྱུང་། ཕོ་མོའི་གོས་དང་རྒྱན་གྱི་བྱུང་པར།
བཟའ་བཏུང་གི་གཡོས་སྦྱར་བ་ནམས་དང་། གཞན་ཡང་པ་རོལ་གྱི་དགྲ་གཞོམ་
པའི་ངོ་མཆར་གྱི་སྦྱར་བ་བསྟུས་པའི་རྒྱུད་ལས་བཤད་པ། ཐང་རྩྭ་གཞིག་པ་
རྩྭ་འཕྲུལ་ལའོར་ཏེ་སྦྱོགས། རྒྱ་རྩྭ་འཕྲུལ་པ་གྱུ་འཕྲུལ་ལའོར། རི་རྩྭ་
འཕྲུལ་པ་མེའི་འཕྲུལ་ལའོར། རལ་གྱི་ལའོར་བ་གྱི་གྲུག་གི་འཕྲུལ་ལའོར། ཆེ་
མོ་འབྲེད་པ་རྒྱུང་གི་འཕྲུལ་ལའོར། ཆིག་པ་འཇིག་པ་གྲུར་གྱི་འཕྲུལ་ལའོར། བོ་
ཆ་འཇིག་པ་ལྷགས་མདའི་འཕྲུལ་ལའོར་ནམས་དང་། རང་སྟོགས་སྤང་བ་རལ་
གྱུ་འཕྲུལ་ལའོར། རྒྱལ་རིགས་འཐབ་པ་ཤིང་རྟའི་ཆོད། ལྷ་དུ་མོ་ལ་འགོ་བའི་
དོན་དུ་ཁང་བཟང་གི་མཆོན་ཉིད། དགའ་སྟོན་གྱི་དོན་དུ་ཁྱོགས་གྱི་མཆོན་ཉིད།
ལྷ་མ་རར་བརྟུ་པའི་དོན་དུ། རྒྱ་གྲུ་དུ་འདྲེན་པའི་འཕྲུལ་ལའོར་སོགས་དང་།
གཞན་ཡང་ཁྱབ་ཚོགས་སྤྱབ་སོགས་གོ་ཆ་དང་། མདའ་གཞུ་རལ་གྱི་སོགས་མཆོན་
ཆའི་རིགས་བཟོ་བའི་སྟོ་གྲོས་དང་། ལག་པའི་རྩལ་ནམས་སོ། ཞེས་གསུངས་པ་
ལྷ་རོ། དེས་ན་ང་ཆོ་བོད་ཀྱི་མགར་བའི་ལག་རྩལ་དང་། ཤིང་མཁན། རྩ་
མཁན། རྩོ་བཟོ། འཆོམ་བཟོ་ལ་སོགས་པའི་ལག་རྩལ་གྱི་རིགས་ཐམས་ཅད་
འདིའི་ནང་དུ་འདུས་ཤིང་། དེང་རབས་ཆོན་རིག་གི་བཟོ་ལས་མཐའ་དག་དང་།
ཕྱི་བའི་བཟོ་ལས། ཡང་བའི་བཟོ་ལས་གྱི་ལག་རྩལ་ཐམས་ཅད་འདིའི་ནང་དུ་

འདུས་ཡོད་པ་རེད།

ཕལ་པའི་ངག་བཟོ་ནི། འཇིག་རྟེན་ལྷགས་ཀྱི་སྐོ་སྒྲུ་གཞན་གསུམ་དང་། མི་
མང་ཚོགས་པའི་དབྱུས་སུ་འདོད་པ་དང་། མོར་གྱི་གཏམ་དབྱངས་སུ་གྱུར་བའི་ལ་
སྒྲ་བ། ཁ་ཤགས་འབྱེད་པ་སོགས་ངག་བཟོ་དང་། གཞན་ཡང་ཕི་མང་། སྤྱིང་
བྱ། རྩ་རྩ་ལ་སོགས་པའི་རོལ་དབྱངས་རྣམས་ཀྱང་ངག་བཟོའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་
པས་ངག་བཟོ་ཕལ་པའི་གལ་དུ་བབྱངས་དགོས་པ་ཞིག་རེད། །

ཡིད་བཟོ་ཕལ་པ་ནི། ཕྱི་རོལ་དོན་ལ་དབྱུད་པ་འཇུག་པའི་ལས་ཐམས་ཅད་
དེ། ཤེས་བྱ་ཀུན་ཁྲབ་ལས། ཕལ་པ་རིག་གནས་བཅོ་བརྒྱད་སྐྱེ་ཚད་སོགས། ཁ་
གཞི་རིན་ཆེན་ལྷན་ཤིང་རྟ་སྤང་གཏིང་། ། བོ་མོ་བརྟག་པ་བརྒྱད་དང་བྱུན་མོང་
དུ། ལྷགས་ཀྱི་བརྟན་བཅོས་སྐྱེ་ཆལ་དུག་ཅུ་བཞི། རྩེ་བཞི་ལ་སོགས་རྣམ་གྲངས་
རི་རྩེད་དོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། དེང་དུས་ཆབ་སྲིད་དང་། དཔལ་འབྱོར།
འཇུགས་སྐྱུན། དམག་དོན་སོགས་ཀྱི་རྣམ་གཞི་བཀོད་པ་དང་། བརྟག་དབྱུད་
ཞིབ་འཇུག་བྱ་བའི་ལས་རིགས་དང་། གནམ་རིག་ལ་དབྱུད་པ། འཁོར་ལྷག་ལ་
དབྱུད་པ། མི་རིགས་ལ་དབྱུད་པ། རྩས་རིགས་ལ་དབྱུད་པ་ལ་སོགས་པ་ཚོན་
རིག་ཞིབ་འཇུག་གི་བསམ་སྒྲོ་ཐམས་ཅད་ཡིད་བཟོའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་སོ། །

ས་བཅད་གཉིས་པ། གསོ་རིག་དང་སྤྱི་དངོས་གཞུང་ལྷགས་སྒྲོར།

རྩས་འབྱུར་སྒྲོར་བཤད་པ། བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་ནི་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་
རྒྱུ་ཤོས་དང་། མི་རིགས་ཀྱི་བྱང་ཚོས་ལྷན་ཤོས་ཀྱི་རིག་གནས་ཤིག་ཡིན། སྤྱིར་
བོད་དུ་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་བྱུང་བ་ནས་བཟུང་། སོ་སོའི་ལུས་ཁམས་སྤང་སྒྲིབ་བྱེད་
ཐབས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་བྱུང་ཡོད་པའི་ཚུལ། བོད་ཀྱི་གཏམ་དཔེ་ལས། རྒྱུ་ལ་སྒྲ་བ་
མ་ཁུ་བ་དང་། སྐྱོན་ལ་སྒྲ་བ་ཆུ་ཁོལ་མ་ཡིན་པར་ཤེས་པའི་གཏམ་རྒྱུད་ལས་
ཤེས། འོན་ཀྱང་བོད་ཀྱི་གསོ་རིག་གི་གཞུང་སྒྲ་ཤོས་ནི་བོན་གྱི་གསོ་རིག་འབྱུང་
བཞི་ཡིན་ཡིན། གསོ་རིག་འབྱུང་བཞི་ཚོས་པ་པོ་ནི་བོན་གྱི་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་
ཀྱི་སྤྲས་ཆེ་བ་དབྱུད་བྱ་བྱི་ཤེས་ཡིན། བོན་གྱི་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་ནི་སྤྱི་ལོ་ལོ་སྟོན་
ཀྱི་1917ལོར་འབྱུངས། སྤྲས་དབྱུད་བྱ་བྱི་ཤེས་ནི་སྤྱི་ལོ་ལོ་སྟོན་ཀྱི་1897ལོ་བོད་

ལུགས་ཤིང་སྤྱི་ལ་ལོར་འབྱུངས། འདི་དག་གིས་གསོ་བ་རིག་པའི་ཉམས་སྦྱང་
 རྣམས་ཟིན་བྱིས་སུ་བཀོད་པའི། གསོ་རིག་གི་བསྟན་བཅོས་བཙུགས་ནས་ད་བར་
 ལོ་རྒྱུམ་སྟོང་བརྒྱད་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་ལ་སྤྱི་བས་ཤིང་ཡོད་པ་རེད། བོད་བཅོན་
 པོའི་སྐབས་སུ་རྒྱ་དཀར་ནག་དང་། ༡་ཟིག་གི་ཡུལ་ནས་སྤྱན་པ་པོས་ཉི་གསོ་རིག་
 གི་གཞུང་དང་ལག་ལེན་ལ་བཤོ་སྤྱོད་བྱས། རྒྱལ་པོ་སྤྱོད་བཅོན་སྤམ་པོའི་སྐབས་
 སུ་ལུགས་ཆེན་གསུམ་གྱི་གཞུང་། མི་འཇིགས་པའི་མཆོན་ཆ་ཞེས་པ་ཙོམ་བསྐྱེད་སྤམ་
 བྱས། ༡་ཟིག་གི་སྤྱན་པ་ག་ལེ་རུ་ཡིས་དམངས་ཁྲོད་ཀྱི་སྤྱུ་སྤྱུ་བཞི་ལ་གསོ་རིག་
 བསྐྱབས་ནས། མཐོན་དམན་ཀུན་ལ་སྤྱན་བཅོས་བྱེད་དགོས་པའི་བཀའ་སློབ་
 གནང་། །མིས་ཞག་ཆོམ་སྐབས་སུ་ཁྲོམ་གྱི་ཡུལ་ནས་བི་རི་ཙན་པ་ཤི་ལ་ཉ་ཞེས་
 པ་སྤྱན་དྲངས་ནས། ཁྲོམ་ལུགས་ཀྱི་གསོ་རིག་གི་སྤྱིང་བཅུད་འགའ་བོད་ཡིག་རྩ་
 བརྒྱུར། རྩ་ཤང་དང་ཁྱུང་པོ་སོགས་མཁས་པ་མང་པོ་བཤོས་ནས་གསོ་དབྱུད་
 གསར་འགྱུར་རྣམས་ཀྱི་དོན་སྤྱིང་པོར་བྱངས་པ་《སོ་མ་རྩ་ཇ་》 ཞེས་བྱ་བའི་
 གཞུང་ཆེན་བཙུགས། སྤྱི་ཉི་དག་སྤྱི་གསུམ་གཅིག་རྩ་བའོག་གི་སྤྱོམ་བྱུར་བཞུགས་
 པ་ལ་《སྤྱ་དབྱུད་ཀྱི་གཞུང་འཆོ་བའི་མདོ་》 ཞེས་གྲགས་པ་བྱུང་། སྐབས་དེར་
 ཞང་དང་སྟོང་དང་བྱང་ཉི་གསུམ་གྱིས་གཙོས་པ་བོད་སྤྱན་པ་མང་རུ་བྱུང་། དེ་
 དག་ལས་ཞང་སྟོང་བྱང་གསུམ་གྱིས་མདོ་ཁམས་ཀྱི་སོ་ཁ་ལོ་བཞི་བསྐྱུངས་པའི་བྱ་
 དགའ་ལ་རྒྱལ་པོས་རྒྱུད་ཤེལ་གྱི་ཐེ་ལོང་། རྩ་བཅོས་མ་བྱ་བཅུ་བདུན་སོགས་རྒྱས་
 འཕྲིང་བསྐྱུས་གསུམ་ཡི་གེ་དམར་རྒྱུད་དང་། བཅས་པ་གནང་ནས་རྒྱུད་ནས་རྒྱུད་
 ཀྱི་སྤྱ་སྤྱན་རུ་དབང་བསྐྱུར་ཞིང་དམག་ནས་ཀྱང་བརྟོན་ཅིས་གྲགས། ཁ་ཅིག་གིས།
 སྟོང་གཞེན་མེས་པོ་ལ་མགོ་དབྱུད། བྱང་ཉི་རྒྱལ་ཉེ་ཁར་བྱ་ལ་བྱང་ཁོག་ཞང་སྤྱ་མོ་
 གཟི་ལ་ཡན་ལག་གི་བཅོས་གནང་ཞེས་ཀྱང་བྱེད་ཅོད་པོ། །

བྱི་སྤྱོད་ཕྱེད་བཅོན་སྐབས་སུ་བེ་རོ་རྩ་ནས་བོན་གྱི་རིག་གཞུང་རྣམས་རྒྱ་གར་གྱི་
 རིག་གཞུང་གི་རྣམ་པར་བསྐྱུར་པའི་སྐབས་སུ། ཞང་བོད་གསོ་རིག་གི་ཡིག་ཆ་དང་
 རྣམས་ལགས་བཅོས་བྱས་ཤིང་རྒྱལ་ཁམས་སྤྱི་མཁས་རྒྱ་དང་། འཛོ་རོ་དང་། བི་
 ཇི། མཐའ་བཞི་སོགས་ལ་བརྒྱུད་ནས་གསོ་བ་རིག་པའི་སློབ་མ་མང་པོ་གསོ་སྦྱང་

གནང་ཡོད་པར་ཤེས་བྱ་ཀྱན་བྱལ་སོགས་གསེར་གྱི་ཚོས་འབྱུང་ཆམས་ལས་གསལ་བ་ལྟར་རོ།

བོན་གྱི་གསེར་གྱི་འབྱུང་བཞི་སྟོགས་བསྐྱེགས་བྱུང་བའི་རུས་ཀྱང་སྐབས་འདི་ཙམ་ནས་ཡིན་པར་ངེས་ཏེ། སྐབས་འདི་བོན་གྱི་ཡིག་ཆ་དང་ཆམས་ཀྱི་གར་གྱི་རིག་གཞུང་ལྟར་བཅོས་པའི་སྐབས་ཡིན་པ་ནི། 《པརྒྱ་བཀའ་མང》ལས། བེ་རོ་ཙྰ་ནས་ཅིས་སྒྲན་འདྲེས་མར་བསྐྱར། །བེ་རོ་ཙྰ་ནས་བོན་ཆོས་འདྲེས་མར་བསྐྱར། །ཞེས་གསུངས་པ་དེའི་དོན། གནང་བའི་བོན་གྱི་རིག་གཞུང་ཆམས་ནང་པའི་ཆམ་པར་བསྐྱར་བའི་དོན་ཡིན་པ་ལས། བོན་ཆོས་ཁང་བོད་ཀྱི་སྐད་རུ་བྲིས་པ་དེ་ཡང་བསྐྱར་བོད་སྐད་རུ་བསྐྱར་མི་དགོས་པ་ནི་སྟུག་ཀྱང་ཤེས་སྟེ། དེས་ན་བེ་རོ་ཙྰ་ནས་ཅིས་སྒྲན་བེ་འི། ཆམས་སྐབས་དེའི་ཁོར་ལྷག་དང་བསྐྱར་ནས་བོན་ལྷགས་ཀྱི་ཆམ་པ་གང་ཡོད་ཀྱི་གར་གྱི་ཆོས་ལྷགས་དང་མཐུན་པར། བསྐྱར་བཅོས་གནང་ཞིང་། འཛོལ་དང་། བེ་འི། མཐའ་བཞི་སོགས་ཀྱི་པའི་བྲེ་སྒྲན་ཆམས་ལ་གདམས་ངག་གི་བརྒྱུད་པ་སྟེལ་བ་ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་ནོ།

དེ་ལྟར་བོན་གྱི་ཡིག་ཆ་དང་ཆམས་བཅོས་བསྐྱར་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་བོན་གཤེན་ཆམས་ཀྱིས་རང་ལྷགས་ཆལ་མ་སྤང་སྟོབ་བྱེད་པའི་ཆེད་རུ། ཡིག་ཆ་དང་ཆམས་སྐབས་བསྐྱར་བྱས་པ་ལ་གཏེར་རུ་སྐྱས་ཞེས་པའི་མ་སྒྲད་འདི་བྱུང་། སྐབས་འདི་ཙམ་མམ་ཡང་ན། མངའ་བདག་ཁྱི་རལ་ཡབ་སྐྱས་སྐབས་ཙམ་ན་བོན་གྱི་མཁས་པ་ཆམས་ཀྱིས་མདོན་ཆུང་གི་སྟོན་ནས། སྤར་ཡོད་བོད་ཀྱི་གསེར་གྱི་ཡིག་ཆ་མམས་ཅད་སྟོགས་བསྐྱེགས་མཛད་ནས། གསེར་གྱི་འབྱུང་བཞི་ཞེས་མཆོན་གསེན་ནས་གཙང་སྟོད་བྱེ་མ་གཡུང་བྱུང་རུ་གཏེར་རུ་སྐྱས་པར་ངེས་ཏེ། དེ་ལྟར་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆོན་དང་པོ། བོད་གསལ་བྱུང་སྟོང་དབྱེད་བྱུ་ཁྱི་ཤེས་ནས་ཀྱི་མ་ཆ་མ་ཆུང་བར་རུ་བརྒྱུད་ཆུལ་ཡོད་པ་དང་། དེ་ནས་བན་བོན་འབྲུགས་པའི་སྐབས་སུ་བན་དེ་ཆོས་བོན་གྱི་གསེར་གྱི་ཡིག་ཆ་ཆམས་ཀྱི་གར་བའི་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཆམ་པར་བསྐྱར་ཡོད་པ་དང་། དེ་ནས་བོན་གྱི་མ་ཡིག་མེར་བསྐྱེག་གཤམས་བྱེད་རུས་བོན་པོ་ཆོས་སྒྲན་ཡིག་མ་དཔེ་དེ་སྐྱས་བསྐྱངས་བྱས་པ་གསལ་བ་འདི་ཡིས་ཁྱི་སྟོང་ལེའུ་བཅའ་

གྱི་སྐྱེ་ཆོ་སྟོང་ལ་བན་བོན་འབྲུགས་པ་དང་། སྐྱེ་ཆོ་སྟོང་ལ་བན་པོ་པམ་པས་བོན་གྱི་ཡིག་ཆ་རྣམས་མེར་བསྟེག་པའི་སྐོར། དཔལ་བོ་གཙུག་ལག་སྤེང་བའི་《ཆོས་འབྱུང་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་》ལས། “རྗེའི་སྐུ་རིམ་དང་བར་ཆད་སེལ་བ་ལ་འདྲེ་སྟོན་ལ་རུས་བོན་རེ་བྱེད་ན་ཆོ་མི་དང་། ཞང་ཞུང་གཉིས་མ་གཏོགས་གཞན་བགྱིད་རུ་མི་གནང་བར་བཅད་སྟེ། བོན་གྱི་དཔེ་ཀྱན་རྩལ་བསྐྱར་ལྷག་མ་བྱིས་མཆོད་ཉེན་ནག་པོར་མནན་ནོ།” ཞེས་གསལ་བ་དང་དོན་གཅིག །

རྒྱ་མཚན་གཉིས་པ། བོད་བཅའ་པོའི་སྐབས་སུ་སྤར་ཡོད་ཀྱི་གསོ་རིག་གི་ཡིག་ཆ་ཐོར་སུ་རྣམས་སྟོགས་གཅིག་རྒྱ་བསྐྱིགས་པའི་ལུས་སྟོལ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པར། དཔེར་ན། རྒྱལ་པོ་སྟོང་བཅའ་སྐམ་པོའི་སྐབས་སུ་བོད་ཀྱི་གསོ་རིག་དང་ལུགས་ཆེན་གསུམ་གྱི་གཞུང་རྣམས་སྟོགས་བསྐྱིགས་བྱས་པ་ལ་《མི་འཇིགས་པའི་མཆོན་ཆ་》 ཞེས་པ་བྱུང་ཡོད་པ་དང་། རྒྱལ་པོ་མེས་ཨག་ཆོམས་ཀྱི་རུས་རུ་གསོ་རིག་གི་ཡིག་ཆ་ཐོར་སུ་མང་པོ་སྟོགས་གཅིག་རྒྱ་བསྐྱིགས་པ་ལ་《སྤྲ་དབྱེད་ཀྱི་གཞུང་འཆོ་བའི་མདོ་》 ཞེས་བྱ་བ་བྱུང་ཡོད་པ་དང་། རྒྱལ་པོ་ཁྲི་སྟོང་ལྷེ་ལུ་བཅའ་ཀྱི་སྐབས་སུ་གསོ་རིག་གི་ཡིག་ཆ་མང་པོ་སྟོགས་བསྐྱིགས་བྱས་པ་ལ། 《རྒྱལ་པོའི་སྤྲ་ཡིག་འོད་འབར་》 ཞེས་གྲགས་པ་སོགས། བྱུང་ཡོད་པ་འདི་དག་ལ་བརྟགས་ན་སྐབས་དེར་གསོ་རིག་གི་དཔེ་ཆ་ཐོར་སུ་རྣམས། བརྒྱུས་ཏེ་སྟོགས་བསྐྱིགས་བྱེད་པའི་ལུགས་སྟོལ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པར་མཐོང་། །དེ་རྗེས་སྤྱི་ལོའི་རུས་རབས་བཅུ་གཅིག་པའི་མཇུག་ཅུམ་ན། ལྷ་མངོན་སོགས་ཀྱིས་འབྲུམ་བཞིའི་མཆོན་ལ་རྒྱུད་བཞི་ཞེས་བཅོས་ནས་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཐ་སྟོང་ཁག་གཅིག་བསྟེན་ཡོད་པར་ངས། དེ་ནས་ད་ལྟའི་བར་གསོ་རིག་གཞུང་གི་རྩ་བ་ལྟ་བུར་གྱུར་པའི་རྒྱུད་བཞིའི་དོན་ནི།

དང་པོ་རྩ་རྒྱུད་ནི། བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ནང་དོན་ཐམས་ཅད་གནས་ལུགས་ནད་གཞིའི་རྩ་བ། རོས་འཇིན་ཉགས་ཀྱི་རྩ་བ། གསོ་བྱེད་ཐབས་ཀྱི་རྩ་བ་བཅས་རྩ་བ་གསུམ། སྟོང་པོ་དགུ། ཡལ་ག་ཞེ་བདུན། ལོ་འདབ་ཉེས་བརྒྱ་དང་བཞིའི་ནང་རུ་མའི་ལུས་ཆགས་འཇིག་གི་གནས་ལུགས། ནད་རོས་འཇིན་བརྟག་ཐབས། ནད་གསོ་བར་བྱེད་པའི་ཟས་སྦྱོང་སྟོན་དབྱེད་བཞི་པོའི་རིགས་

དང་གཉིས། རྒྱུད་བྱེད་ལས་ཀྱི་མདོ་དང་གསུམ། །འཇམ་རྩལ་དབྱེད་ཀྱི་མདོ་
 དང་བཞི། ཞེས་སོ། རྒྱུར་བོད་ཀྱི་གསེབ་རིག་པའི་རྩ་བའི་ལྷ་བ་ནི་བརྟན་གཡོ་
 རྒྱུད་བརྟན་ཀྱི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་རྒྱེད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་འབྱུང་བ་བཞིའི་རྩལ་ཡིན་
 ཞིང་། དེ་ཡང་ས་རྩལ་དང་། རྩལ་རྩལ། མེ་རྩལ། རྩལ་རྩལ་བཅས་བཞི་པོ་སོ་
 སོ་ལའང་ཁྱི་རྩལ་འཇམ་རྩལ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་པ་བརྒྱད་དང་། ཡོན་ཏན་བརྟན་
 བརྟན་བཅས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བརྒྱ་དང་ང་བཞི་ཡོད་པ། དེ་དག་ཐམས་ཅད་རྣམས་རྒྱན་
 མའི་གཟུགས་ཁམས་ལ་རང་རང་གི་ཆོད་དང་བཅས་པར་གནས་ཡིད་ཅིང་། གལ་
 སྲིད་དེ་དག་ཆོད་ལས་མང་བའམ་ཉུང་རུ་སྒྱུན་ན། ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་སོ་སོའི་རྣམས་པ་
 དང་བྱེད་ལས་ཉམས་ནས་ནད་པར་ཆགས་འགོ་བ་ཡིན། དེ་བཞིན་རུ་སྒྲན་རྣམས་
 ཀྱི་རིགས་ཐམས་ཅད་ལའང་འབྱུང་བ་བཞིའི་རྣམས་རིགས་དང་རྣམས་པའི་དབྱེ་བ་དེ་
 དག་འདྲ་མཉམ་རུ་གནས་ཡོད་ལ། དེ་དག་གི་རོ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བའི་རྣམས་
 དང་རྣམས་པ་གང་ཡོད་རྣམས་དཔག་གི་སྒྲོ་ནས་རྟོགས་ཐུབ་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། དེས་
 བ་ལུས་ཀྱི་རྣམས་རིགས་གང་ཞིག་འཕེལ་བའམ་ཟད་པའི་ནད་བྱུང་ཆོ། སྒྲན་རྣམས་
 ཀྱི་འབྱུང་བའི་རྣམས་དེ་དག་བཏང་ནས་འཕེལ་བ་ལ་གོང་གཞོན་དང་། ཟད་པ་ལ་
 ཁ་སྒྲོན་བྱེད་ཅིང་ནད་བཅོས་དགོས་ཤིང་ཡོད་པ་རེད། འབྱུང་བ་བཞིས་ཆགས་
 འཇིག་གི་རྒྱ་བྱེད་ཚུལ་དང་། རྩལ་ཤིང་ལ་སོགས་པའི་རྒྱེད་དངོས་རྣམས་རྒྱེད་འཇིག་
 གི་གནས་ལུགས་བཤད་པའི་སྐབས་ཀྱི། རིག་པ་འདི་ནི་དེང་རྣམས་ཀྱི་རྒྱེད་དངོས་རིག་
 པ་དང་གཅིག་ལ། འབྱུང་བཞིའི་རྣམས་རིགས་དེ་དག་ཐན་རྩལ་འདྲེས་པ་ལས་རྣ་
 ས་དང་རྣམས་པ་གཞན་དང་གཞན་རུ་སྒྱེ་ཚུལ་བཤད་པ་ནི་དེང་རྣམས་ཀྱི་རྣམས་འབྱུར་
 རིག་པ་དང་འདྲ་པོ་ཡོད་པ་རེད། རྩལ་ཤིང་སོགས་སྒྲན་རྣམས་སོ་སོར་རྣམས་པ་གང་
 ཡོད་བརྟན་པ་ལ། དང་པོ་སྒྲན་རྣམས་གང་དེའི་རོ་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་གྲུབ་བྱེད་ཀྱི་
 རྒྱ་འབྱུང་བ་གང་ཤས་བ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རྣམས་པ་དང་ཡོན་ཏན་གང་ཡོད་
 རྣམས་དཔག་ཆོད་མའི་རིག་པས་རྟོགས་ཐུབ་ཅིང་། རྣམས་པའི་ཆོད་རི་རྩིས་རིག་གི་
 རྒྱུ་འགྲོས་ཀྱི་གཏན་ལ་ཕབ་ཐུབ་ཅིང་ཡོད་སྟབས། བོད་ཀྱི་གསེབ་རིག་གི་རྩ་བའི་
 གཞུང་ལུགས་ནི། རྒྱེད་དངོས་དང་རྣམས་འབྱུར་ཀྱི་ཁོག་སྟབས། གཏན་ཆོགས་རིག་

པ་དང་ཆེས་རིག་གིས་གཏན་ལ་ཕབ་པའི་རིག་གཞུང་ཞིག་ཡིན།

ས་བཅད་གསུམ་པ། བར་སྒྲོན་གྱི་དཀའ་གནད་ལས་ཆེན་པོ་སྒྲོན།

སྤྱིར་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ནི་ཆེས་གནའ་བོའི་སྐད་རིགས་ཤིག་ཡིན་སྟབས། སྤྱི་
ལོའི་སྔོན་གྱི་ལོ་ངོ་ཉིས་སྒྲོང་ལྷག་ཙམ་གྱི་གོང་དུ་བོད་དུ་སྐད་ཡིག་རིག་པ་དང་།
མིང་ཆོག་དང་ཐ་སྐད་གྱི་རིག་པ་ཆ་ཆོད་བར་བྱུང་འདུག །འོན་ཀྱང་བར་སྒྲོན་
རིག་པའི་གཞུང་ཆ་ཆོད་བ་ནི། སྤྱི་ལོའི་དུས་རབས་བདུན་པར་བྱ་མི་སྟོང་ལྷག་
གར་གྱི་གནའ་བོའི་བར་སྒྲོན་རིག་པའི་གཞུང་ལྷ་ཁྱིམ་ལ་དཔེར་བྱས་ནས་བོད་ཀྱི་
བར་སྒྲོན་རིག་གཞུང་སྐབས་བརྒྱད་པ་ཅན་ཞིག་བཅམས་ཀྱང་ཕྱིས་དུས་འགྱུར་གྱི་
དབང་གི་སྲུང་ཅུ་པ་དང་། རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ་གཉིས་མ་གཏོགས་པ་གཞན་རྣམས་
བརྒྱག་ཟིན་ནའང་། སི་དུ་ཆོས་ཀྱི་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་མཛོད་པའི་སྲུང་རྟགས་
འགྲེལ་ཆེན་ནང་སྐབས་བརྒྱད་པ། དེ་དག་གི་དགོངས་པ་ཕལ་ཆེ་བར་འདུས་ཡོད་
ཅས། ལྷག་བསམ་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་སྲུང་རྟགས་འགྲེལ་བ་ལས་གསུངས།
ཆོགས་ལྷལ་ལོར་བྱ་བསྟན་འཛིན་གྱིས་ལས་ཆོག་གི་དབྱེ་བ་གསལ་བོར་བྱས་ཏེ།
བདག་གཞན་དུས་གསུམ་དང་། བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་སྒྲོར་ལ་ཞིབ་སྒྲ་གནང་བའི་
དུས་གསུམ་སྤྱི་བཏང་བ་དང་། དུས་གསུམ་བྱེ་བྲག་པ། དུས་གསུམ་ཐོར་བྱ་བཅས་
ཀྱི་དབྱེ་བ་བཞོས་ཡོད་པ་རེད། བོད་ཀྱི་བར་སྒྲོན་སྲུང་རྟགས་གཉིས་ཁོ་ན་ཙམ་མ་
ཡིན་པ། ཡི་གའི་རྣམ་གཞག་གཙོ་བོར་བསྟན་པ་བྱིས་པ་བདེ་འཇུག་ལྟ་བུ་དང་།
ཡི་གའི་བར་དག་གཙོ་བོར་བསྟན་པ་དག་ཡིག་ངག་སྒྲོན་ལྟ་བུ། མིང་དང་ཐ་
སྐད་གཙོ་བོར་བསྟན་པ་མངོན་བརྗོད་དང་། ཆོག་མཛོད་ཀྱི་དཔེ་ཆོགས་རྣམས་
དང་། སྤྱད་དང་རྣམ་དབྱེའི་བྱ་བ་གཙོ་བོར་བསྟན་པ་སྲུང་ཅུ་པ། ཡི་གེ་སོ་སོའི་
སྤྱ་གདངས་ལ་བརྟེན་ནས་པོ་མོ་མ་ནིང་སོགས་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བསྟན་པ་མ་
ཟད། སྔོན་འཇུག་གིས་ལས་ཆོག་གི་བདག་གཞན་དུས་གསུམ་དང་། བྱ་བྱེད་ལས་
གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་གཙོ་བོར་བསྟན་པ། རྗེས་འཇུག་གི་མིང་མཐར་འབྲེན་ནས་
བརྗོད་བདེ་བའི་ངག་གྲུབ་ཚུལ་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་ཐབས་རྟགས་འཇུག་གི་གཞུང་
བཅས་ཐམས་ཅད་འདུས་པ་ལ་བར་སྒྲོན་རིག་པའི་གཞུང་ཞིས་ཟེར།

སམ་རྩོ་ཏ་ཡི་དགོངས་པའི་བཅུད། །
 སི་རྩ་ཆོས་འབྱུང་མགིན་པའི་དབྱངས། །
 ཆོགས་ཤུལ་སྤྱི་མའི་ལྷགས་སྤྱི་ནམས། །
 ཁོ་བོའི་སོ་མོའི་ཅེ་ལས་འབྱུངས། །

【1】

བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གང་ཞེ་ན། །
 བྱེད་པོ་བྱ་ཡུལ་བྱ་ཆོག་གསུམ། །
 དེ་ལ་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་བཟུང་། །
 བདག་གཞན་སྐབས་དང་ཐ་དད་ཡིན། །

དེར་རྩམ་བརྗོད་རིག་པ་ཡི། །
 རྒྱ་སྐད་ལྟར་ན་ 主谓宾，
 ཐོད་སྐད་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་ཡིན། །
 གཤམ་གྱི་རེའུ་མིག་འདི་ལ་གཟིགས། །

བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ།	བཀྲ་ཤིས་ཀྱིས	ཤིང་	གཙོད།	གཙང།	བཙད།
བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པ།	བཀྲ་ཤིས་	རྒྱ་གར་ལ་		འགྲོ།	
བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པ།	ཨ་མས་	ང་ལ་སྤྱུང་		བཤད།	
ཐོད་སྐད།	བྱེད་པོ།	བྱ་ཡུལ།		ལས་ཆོག	
རྒྱ་སྐད།	主语	宾语		谓语	
དབྱིད་སྐད།	Subject	predicate		object	

རྒྱ་སྐད་དང་དབྱིན་སྐད་ལ་བྱེད་པོ་ལས་དང་བྱ་ཡུལ་ཞེས་བྱ་ཡུལ་དང་ལས་ཆོག་གཞིས་གྱི་རིམ་ཐོད་སྐད་དང་མི་འདྲ་བ་ཞིག་རེད། 主語，謂語，賓語，
 Subject, object, predicate,

གཞན་ཡང་དཔེར་བརྗོད་གཞན་ཞིག་བཀོད་ན། ཨ་མས་ང་ལ་སྤྱུང་བཤད། ཅེས་པ་ཨ་མ་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་ནང་ནས་བྱེད་པ་པོ། ང་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་ལས་བྱ་

ཡུལ། སྤང་ནི་འཆད་བྱའི་དོན་ཏེ་བྱ་ཡུལ་གྱི་ཁོངས་སུ་གཏོགས། བཤད་ནི་བྱ་བྱེད་
ལས་གསུམ་གྱི་ནང་ཚན་ལས་ཚོགས་ཡིན།

【2】

དངོས་པོ་བདག་གཞན་ཞེས་པ་ནི། །

བྱེད་ཚོགས་བདག་ལ་བྱ་ཚོགས་གཞན། །

དེ་ལས་གཞན་པའི་བྱེད་པོ་སྟགས། །

བདག་གཞན་བཅའ་བ་སྤྱན་པོའི་ལས། །

བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་ལས་ཚོགས་རྣམས་དངོས་པོ་བདག་གཞན་གྱི་དོན་སྤྱན་པའི་ཆེད་དུ་འབྲུག་པ།

དངོས་པོ་བདག་སྤྱན།	དངོས་པོ་གཞན་སྤྱན།	ལས་ཚོགས་གི་རྣམ་པ།
ཕྱོག	བསྐྱག	བྱ་བྱེད་ཐ་དད། བདག་གཞན་ཤེད་མཆུངས།
ཕྱོག་བྱེད།	བསྐྱག་བྱ།	བྱ་བྱེད་ཐ་དད། བདག་གཞན་ཤེད་མཆུངས།
ཕྱོག་པ་པོ།	བསྐྱག་བྱའི་ཡི་གེ།	བྱ་བྱེད་ཐ་དད། བདག་གཞན་ཤེད་མཆུངས།
གཙོད།	གཙད།	བྱ་བྱེད་ཐ་དད། བདག་གཞན་ཤེད་མཆུངས།
གཙོད་བྱེད།	གཙད་བྱ།	བྱ་བྱེད་ཐ་དད། བདག་གཞན་ཤེད་མཆུངས།
གཙོད་པ་པོ།	གཙད་བྱའི་ཤིང་།	བྱ་བྱེད་ཐ་དད། བདག་གཞན་ཤེད་མཆུངས།

དབྱིན་ཇིའི་སྐད་དུ། ལས་ཚོགས་གིས་བྱེད་པོ་དང་བྱ་ཡུལ་སྤྱན་པའི་དཔེར།

དངོས་པོ་བདག	Active verb	དངོས་པོ་གཞན།	Passive verb
དབང་དུ་སྐྱུར།	Ruling	དབང་དུ་བསྐྱུར།	Ruled
གསོད།	Killing	གསུང།	Killed
འགོག	Controlling	དགག།	Controlled

དུས་གསུམ་སྤྱི་དང་བྱེ་བྱག་གཉིས། །

བདག་གཞན་དབྱེ་བ་ཡོད་པས་བྱབ། །

ཐོར་བྱ་པ་ཡི་ལས་ཚོགས་རྣམས། །

ཕལ་ཆེར་བདག་གཞན་དབྱེ་བ་མེད། །

བྱ་བྱེད་ཐ་དད་གང་ཞེན། །

མ་འོངས་པ་ཡི་བྱ་ཚིག་དང་། །

ད་ལྟ་བ་ཡི་བྱེད་ཚིག་གཉིས། །

ཡིག་གཟུགས་ཐ་དད་ཡོད་པ་དགོས། །

ལས་ཚིག་ལ་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་མིན་གྱི་དཔེར་བཞོན་རེའུ་མིག

ཚིག་དོན།	འདས།	ད་ལྟ།	མ་འོངས།	ལས་ཚིག་གི་རྣམ་པ།
བང་བརྒྱགས།	བརྒྱགས།	རྒྱག	བརྒྱག	ཐ་དད། ཤེད་མཚུངས།
ལམ་རུ་འགྲོ།	འགྲོ།	འགྲོ།	འགྲོ།	ཐ་མི་དད།
ས་ལ་བསྐྱད།	བསྐྱད།	སྐྱད།	བསྐྱད།	ཐ་དད། ཤེད་མཚུངས།
གདན་ལ་བཞུགས།	བཞུགས།	བཞུགས།	བཞུགས།	ཐ་མི་དད།

དེ་ནི་བདག་གཞན་ཤེད་མཚུངས་ཏེ། །

བྱེད་ཚིག་བདག་ལ་བྱ་ཚིག་གཞན། །

ཤེད་མི་མཚུངས་པ་ཐ་མི་དད། །

སི་རྟུས་འགྲེལ་ཆེན་གཞུང་ལ་གསུངས། །

བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པ་ནི། །

རྟུས་གསུམ་དབྱེ་བ་མེད་པའི་རིགས། །

ཐོར་བྱ་བ་ཡི་ལས་ཚིག་རྣམས། །

ཕལ་ཆེར་དེ་ཡི་འོངས་སུ་གཏོགས། །

བྱ་བྱེད་ཐ་དད་ཡོད་མེད་དེ། །

ལས་ཚིག་ངོས་ནས་དབྱེ་དགོས་ཀྱི། །

བྱ་བའི་ཡུལ་དང་བྱེད་པོ་གཉིས། །

ཐ་དད་བཅའ་བ་སྟུན་པོ་འབྲུལ། །

ཡུལ་དང་བྱེད་པོའི་དབྱེ་བ་ནི། །
 མིང་རྒྱུ་བརྗོད་པའི་རྣམ་བཤད་ཡིན། །
 བྱ་ཚིག་བཤད་སྐབས་མིང་ཚིག་གི། །
 བ་སྟེད་འགྲེལ་པ་སྐབས་དང་འགལ། །

དེས་ན་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་དང་། །
 དངོས་པོ་བདག་གཞན་ཡོད་མེད་གཉིས། །
 བརྗོད་དོན་མི་འདྲ་ཁག་གཉིས་ལ། །
 གཅིག་ཏུ་འཛིན་པ་སྟུན་པོ་འབྱུལ། །

དུས་གསུམ་ཐོར་བྱེད་ལས་བྱུང་བའི། །
 ལས་ཚིག་པལ་ཆེར་བ་མི་དད། །
 འོན་ཀྱང་བྱ་བྱེད་ལས་ཚིག་གཉིས། །
 བ་དད་ཡོད་པ་ཉེར་གཉིས་ཆེད། །

དུས་གསུམ་ཐོར་བྱེད་ནང་གི་བྱ་བྱེད་བ་དད་པའི་རིགས་ཀྱི་དཔེར་བརྗོད།

ཚིག་དོན།	འདས།	མ བྱ	ད བྱེད	སྐུལ།	ལས་ཚིག་རྣམ་པ།
ཆང་རག་སྤངས།	སྤངས།	སྤང་།	སྤོང་།	སྤོངས།	བདག་གཞན་མེད་མཆོངས།
རྣ་བས་ཉོན།	ཉོན།	མཉོན།	ཉོན།	ཉོན།	བདག་གཞན་མེད་མཆོངས།
ཡོངས་སྤྱོད།	སྤྱོད།	སྤྱོད།	སྤྱོད།	སྤྱོད།	བདག་གཞན་མེད་མཆོངས།
ཅ་ལག་སྤྱད། ར་སྤྱད།	སྤྱད།	སྤྱད།	སྤྱོད།	སྤོད།	བདག་གཞན་མེད་མཆོངས།
མོར་འབྱུལ་སྤྱུ།	སྤྱུ།	སྤྱུ།	སྤོད།	སྤོད།	བདག་གཞན་མེད་མཆོངས།
ལས་གྲུས།	བྲུས།	བྲུ།	བྲོད།	བྲོས།	བདག་གཞན་མེད་མཆོངས།
ཐལ་མོ་སྤྱར།	སྤྱར།	སྤྱར།	སྤོར།	སྤོར།	བདག་གཞན་མེད་མཆོངས།
ཡི་གེ་སྤྱོད།	སྤྱོདས།	སྤྱོད་།	སྤོད་།	སྤོདས།	བདག་གཞན་མེད་མཆོངས།
དགོངས་པ་གཏད།	གཏད།	གཏད།	གཏོད།	གཏོད།	བདག་གཞན་མེད་མཆོངས།
རྗེས་སུ་དཔག	དཔགས།	དཔག	དཔོག	དཔོགས།	བདག་གཞན་མེད་མཆོངས།
དར་རྒྱན་དཔྱང་།	དཔྱངས།	དཔྱང་།	དཔྱོང་།	དཔྱོངས།	བདག་གཞན་མེད་མཆོངས།

བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པ་ལ། །
 བྱེད་སྒྲ་ཐོབ་མིན་རིགས་གཉིས་ཡོད། །
 མི་ཡིས་ཆོག་དང་རྒྱག་གིས་ཤི། །
 ཡུལ་དང་བྱེད་པ་ཐ་དད་ཡོད། །

བྱེད་པ་ཐོ་དང་བྱ་བ་གཉིས། །
 རོ་བོ་བདག་གཅིག་འབྲེལ་པ་ཅན། །
 ཅ་འདྲོགས་ཁྱི་བྱག་ལ་སོགས་པ། །
 བྱེད་པ་ཐོ་ལ་བྱེད་སྒྲ་མེད། །

རོལ་མོ་དུ་གྲོལ་དང་ས་རྩོ་བཀའ་ས། །
 བྱ་ལས་རོ་བོ་གཅིག་པ་དང་། །
 ང་འགྲོ་བྱ་འཁུར་ལ་སོགས་པ། །
 བྱེད་ལས་རོ་བོ་གཅིག་ཉིད་འདོད། །

【3】

རྒྱས་གསུམ་འདས་དང་མ་འོངས་དང་།
 ད་ལྟ་ལས་ཆོག་ངོས་ནས་གྲུབ། །
 འོན་ཀྱང་ཐ་མི་དད་པ་རྣམས། །
 རང་རྒྱལ་ཐུབ་པའི་རྒྱས་གསུམ་མེད། །

རྒྱས་གསུམ་གྱི་དང་བྱེ་བྲག་གཉིས། །
 བྱ་བྱེད་ཐ་དད་ཡོད་པས་བྱབ། །
 ཐོར་བྱ་པ་དང་ཐ་མི་དད། །
 ཕལ་ཆེར་གཅིག་ཀྱང་བྱབ་པ་མེད། །

ཚིག་དོན།	འདས།	མ་འདས།	ད་ག།	རྒྱུ།	ལས་ཚིག་ནམས།
མར་བྱ་གས།	མག།	མག།	མག།		མ་མི་དད་ས།
མ་མོ་མ།	མོ་མ།	མོ་མ།	མོ་མ།		མ་མི་དད་ས།
གན་མ་ལ་མེད།	མེད།	མེད།	མེད།		མ་མི་དད་ས།
མ་འོན་པར་བཞུད།	བཞུད།	བཞུད།	བཞུད།	བཞུད།	མ་མི་དད་ས།
ཤིང་ཁྱུ་བྱ་གས།	བྱ་གས།	བྱ་གས།	བྱ་གས།	བྱ་གས།	མ་མི་དད་ས།
མིག་མ་འདོར།	དོར།	དོར།	དོར།	དོར།	མ་དད། འདག་གཞན་མེད་མཞུངས།

བོད་ཡུལ་ཚོངས་པའི་དོར་ན། །
 བར་ཚོད་རྒྱུན་པོ་མེན་ལྟར་བགྱིགས། །
 ཡིན་མིན་ལོག་བཤད་འབྲུག་ལྟར་གྲགས། །
 དགག་རྒྱུ་ཆར་རྒྱང་ད་པོབས་ཤིག །

མོན་གྱི་བར་ཚོད་མཁན་པོ་ཚོས། །
 གཅིག་ཏུ་བསྐྱས་པའི་ལས་ཚིག་དང་། །
 མ་འདྲས་བྱིངས་ན་ལུས་པ་ནམས། །
 ཁོ་བོས་གང་ཅུས་འདི་ཏུ་བསྐྱས། །

ཆན་གཞོན་ཀྱན་གྱིས་ངག་ཐོག་ཏུ། །
 འཚོ་བའི་ཁྱོད་ཏུ་རྒྱུན་སྦྱོད་པའི། །
 བྱ་བྱེད་ལས་གྱི་མིང་ཚིག་ནམས། །
 གངས་ཅན་སྐད་གྱི་སྒྲ་སྟོག་ཡིན། །

ཡིག་ཚང་ནམས་སུ་མཐོང་དཀའ་ཡང་། །
 འཚོ་བའི་ཁྱོད་ཏུ་ཆེས་དར་བའི། །
 བ་སྟད་སྟད་མེད་དོར་བ་ནི། །
 བོད་སྐད་བརྒྱག་པའི་སྒྲ་ལུས་ཡིན། །

བྱ་བྱེད་ཐ་དད་གཟུགས་ཅན་དང་། །
འཇུག་པ་ངེས་མེད་ལས་ཆོགས་བཅས། །
བསྐྱེམས་པས་བརྒྱད་བརྒྱ་དགུ་བརྒྱ་ཡི། །
རེའུ་མིག་གསར་པ་ཁོ་བོས་སྟེལ། །

ད་རུང་འདི་རྩ་མ་འདུས་པའི། །
ལས་ཆོག་སྒྲི་བྱེ་ཐོར་བྱ་སྟགས། །
ཐོད་བྱི་སྐད་རྩ་གང་མཁོ་ནམས། །
ཁ་བསྐྱར་གནང་བའི་རེ་བ་ལྟ། །

གཅིག །རུས་གསུམ་སྒྲི་བཏང་བ།

【རུས་གསུམ་སྒྲི་བཏང་བའི་ལས་ཆོག 65】

བྱ་ཆོག་མ་ནིང་བྱེད་པ་མོ་ཡིས་འབྲུལ། །
པ་སྟེ་ལས་གཞན་འདས་ཆོག་པོ་ཡིས་འབྲུལ། །
སྒྲི་གདངས་ཐ་དད་མགོ་ཅན་མེད་ངེས་ལ། །
བརྗོད་བདེ་བྱེད་ཆོག་མ་ནིང་འབྱུར་ཡང་སྟིད། །

ཆོག་དོན།	འདས།	བྱ་ཆོག	བྱེད་ཆོག	སྒྲུལ།	ལས་ཆོག་ནམ་པ།
ལམ་བཀག	བཀག	དགག	འགག	ཁག	བདག་གཞན་ཤེད་མཚུངས།
རྒྱས་བཀང་།	བཀང་།	དགང་།	འགང་།	ཁངས།	བདག་གཞན་ཤེད་མཚུངས།
ལོས་བཀའ	བཀའ།	དགའ།	འགའས།	ཁོབས།	བདག་གཞན་ཤེད་མཚུངས།
གཞན་ནོར་སྟོགས།	སྟོགས།	དྲོག	འདྲོག	སྟོགས།	བདག་གཞན་ཤེད་མཚུངས།
སྟོ་བྱེས།	བྱེས།	དབྱེ	འབྱེད།	བྱེས།	བདག་གཞན་ཤེད་མཚུངས།
རུས་བྱར་བཅད།	བཅད།	གཅད།	གཅོད།	ཆོད།	བདག་གཞན་ཤེད་མཚུངས།
སྟོག་ཆགས་བསད།	བསད།	གསད།	གསོད།	སྟོད།	བདག་གཞན་ཤེད་མཚུངས།

མེད། 1-3 བྱ་ཚིག་མ་ནིང་བྱེད་པ་མོ་ཡིས་འཕུལ་ཞེས་པའི་དཔེར་བཞིན།

མེད། 4-5 པ་སྤེལ་ས་གཞན་འདས་ཚིག་མོ་ཡིས་འཕུལ་ཞེས་པའི་དཔེར་བཞིན།

མེད། 6-7 བཞིན་བདེ་བྱེད་ཚིག་མ་ནིང་འགྱུར་ཡང་སྤྱི་ཅས་པའི་དཔེར་བཞིན།

འདི་དག་ནི་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་ལས་ཚིག་ཡིན་ལ། བདག་གཞན་དང་
འབྲེལ་བའི་བྱ་བྱེད་བྱི་ཚིག་ཕན་ཚུན་ཤེད་མཚུངས་པའང་ཡིན།

༡ རུས་གསུམ་སྤྱི་བཏང་བའི་ལས་ཚིག་ཡིན་ན་ཁྱོད་བྱི་བྱེད་ཚིག་གི་སྤྱི་
འཇུག་མོ་ཡིག་ཡིན་པས་ཨེ་བྱལ། ཅེ་ན། མ་བྱལ་སྟེ། བཞིན་བདེ་བྱེད་ཚིག་མ་
ནིང་འབྱུང་ཡང་སྤྱི། ཅས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། བཅད། གཅད། གཅོད་ལྟ་བུ་
བྱེད་ཚིག་གི་སྤྱི་འཇུག་མ་ནིང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །

༢ རུས་གསུམ་སྤྱིར་བཏང་བའི་ལས་ཚིག་ཡིན་ན་ཁྱོད་ལ་མགོ་ཅན་གྱི་ཡི་
གེ་མེད་པས་ཨེ་བྱལ་ཅེ་ན། བྱལ་སྟེ། སྤྱི་གདངས་ཐ་དད་མགོ་ཅན་མེད་ངེས་ལ།
ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

༣ རུས་གསུམ་སྤྱི་བཏང་བའི་ལས་ཚིག་ཡིན་ན་ཁྱོད་བྱི་རུས་གསུམ་ཀའི་སྤྱི་
གདངས་ཐ་དད་པ་ཡིན་པས་ཨེ་བྱལ། ཅེ་ན། བྱལ་སྟེ། རུས་གསུམ་ཀའི་
སྤྱི་འཇུག་ཐ་དད་པ་ཡིན་པ་གང་ཞིག །སྐབས་འགར་མིང་གཞི་ཡང་ཐ་དད་པ་
ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

༤ རུས་གསུམ་སྤྱི་བཏང་བའི་འདས་ཚིག་ཡིན་ན་ཁྱོད་བྱི་སྤྱི་འཇུག་བ་ཡིག་
ཡིན་པས་ཨེ་བྱལ་ཅེ་ན། མ་བྱལ་སྟེ། པ་སྤེལ་ས་གཞན་འདས་ཚིག་མོ་ཡིས་
འཕུལ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། པ་སྤེལ་མིང་གཞི་ཅན་གྱི་རུས་གསུམ་སྤྱི་བཏང་
བའི་འདས་ཚིག་ལ་བ་ཡིག་སྤྱི་འཇུག་མི་ཐོབ་པའི་ཕྱིར། །

༥ རུས་གསུམ་སྤྱི་བཏང་བའི་ལས་ཚིག་ཡིན་ན་ཁྱོད་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་ལས་
ཚིག་ཡིན་པས་ཨེ་བྱལ་ཅེ་ན། བྱལ་སྟེ། རུས་གསུམ་སྤྱི་བཏང་བའི་ལས་ཚིག་ཡིན་
ན་ལས་དེ་བྱེད་ལས་དང་། བྱ་ལས་གཉིས་སྟོན་པའི་ལས་ཚིག་གི་གཞུགས་སོ་
སོར་ཐ་དད་ཏུ་ཡོད་པ་གང་ཞིག །དེ་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །

༦ བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་ལས་ཚིག་ཡིན་ན་ཁྱོད་རུས་གསུམ་སྤྱི་བཏང་བ་ཡིན་པས་

ཞེ་བྱ་བ་ཅེ་ན། མ་བྱ་བ་སྟེ། རུས་གསུམ་བྱེ་བྱག་པའི་ལས་ཆོག་ནམས་དང་།
 ཐོར་བྱ་པ་ལའང་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་བྱ་ཆོག་འགའ་ཞིག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་ཐལ་
 ཡི་གེ་བྲི་དང་། འབྲི། ཅ་ལགས་བྲང་དང་། འདྲེན་ལྟ་བུ་ནམས་རུས་གསུམ་ཐོར་
 བྱའི་ལས་ཆོག་ཡིན་པ་གང་ཞིག །དེ་དག་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་པའི་
 ཕྱིར་ཏེ། དེ་བྱ་ཆོག་དང་བྱེད་ཆོག་གཉིས་སྒྲ་གཞུགས་ཐ་དད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །

༥ རུས་གསུམ་སྒྲིབ་ཏུང་བའི་ལས་ཆོག་ཡིན་ན་ཁྱོད་བདག་གཞན་དང་འབྲེལ་
 བའི་བྱ་བྱེད་གྱི་ཆོག་པན་ཚུན་ཤེད་མཚུངས་པ་ཡིན་པས་ཞེ་བྱ་བ་ཅེ་ན། བྱ་བ་
 སྟེ། རུས་གསུམ་སྒྲིབ་ཏུང་བའི་ལས་ཆོག་ཡིན་ན་བྱ་བའི་ཡུལ་གྱི་ལས་ཆོག་དང་།
 བྱེད་པ་པོའི་ལས་ཆོག་གཉིས་སྒྲ་གཞུགས་ཐ་དད་ཡིན་པ་གང་ཞིག །དེ་བདག་
 གཞན་ཤེད་མཚུངས་གྱི་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །

༦ བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་འདས་ཆོག་ཡིན་ན་ཁྱོད་གྱི་མ་འོངས་བྱ་ཆོག་དེ་བྱ་བྱེད་
 ཐ་དད་པའི་བྱ་ཆོག་ཁོ་ན་ཡིན་པས་ཞེ་བྱ་བ་ཅེ་ན། མ་བྱ་བ་སྟེ། བསང་ནས་ཤི།
 བཅད་ནས་ཆད། བསྐྱབས་ནས་ཀྱུ་བ་ལྟ་བུ་རུས་འདས་པའི་བྱ་ཆོག་གི་ཁ་གཏད་རུ་
 བྱ་བའི་འབྲས་བྱ་སྟོན་པའི་ཐ་མི་དད་པའི་ལས་ཆོག་ཀྱང་ཡོད་པའི་ཕྱིར། །

༧ བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་ན་ཁྱོད་རུས་གསུམ་གཞུགས་འགྱུར་བའི་
 ལས་ཆོག་ཁོ་ན་ཡིན་པས་ཞེ་བྱ་བ་ཅེ་ན། མ་བྱ་བ་སྟེ། 【སྒྲུང་། སྒྲུང་། སྒྲུངས་】
 དང་། 【སྒྲུང་། སྒྲུང་། སྒྲུངས། སྒྲུངས་】 ལྟ་བུ་ནམས་རུས་གསུམ་གཞུགས་མི་
 འགྱུར་བའི་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་ཅན་གྱི་ལས་ཆོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །

༨ དངོས་ལས་རུས་གསུམ་སྟོན་པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་ན་ཁྱོད་བདག་གཞན་ཤེད་
 མཚུངས་པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་པས་ཞེ་བྱ་བ་ཅེ་ན། བྱ་བ་སྟེ། དངོས་ལས་རུས་
 གསུམ་སྟོན་པའི་ལས་ཆོག་ཅེས་པ་ལས་ཆོག་གཞུགས་གཅིག་གིས་དོན་གསུམ་སྟོན་
 པའི་ཕྱིར་ཏེ། དཔེར་ན། ལྷོག །ལྟ་བུ་བྱེད་ཆོག་གཞུགས་གཅིག་གིས་དངོས་པོ་
 བདག་དང་། བྱེད་ལས། རུས་ད་ལྟ་བུ་སྟོན་པ་གང་ཞིག །དེའི་བྱ་ཆོག་བསྐྱུག་
 གིས་དངོས་པོ་གཞན་དང་། བྱ་ལས། རུས་མ་འོངས་པ་སྟོན་པའི་ཕྱིར། དེ་བདག་
 གཞན་ཤེད་མཚུངས་པའི་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

- ཐུང་། 1-4 བྱ་བ་དང་ནི་འདས་པ་མོ་ཡིས་འཕུལ།
 ཐུང་། 5-6 བྱེད་ཆོག་པལ་ཆེར་འཕུལ་བྱེད་མེད་པ། འགའ་ཞིག་ལ་ཡོད་པ།
 ཐུང་། 7-8 གླུ་བས་འགར་འདས་དང་སྐུ་ལ་ཆོག་གཉིས་པོ་ལ།
 རྗེས་འཇུག་ས་ཡིག་རྒྱང་པས་སྟོན་པ་ཡོད།

རུས་གསུམ་བྱེ་བྲག་པ་ཡང་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་ཡིན་པ་མ་ཟད། བདག་གཞན་
 དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་པན་ཚུན་ཤེད་མཚུངས་པ་འདྲ་ཡིན། །

༡ རུས་གསུམ་བྱེ་བྲག་པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་ན་ཁྱོད་ཀྱི་བྱེད་ཆོག་ལ་སྟོན་འཇུག་མི་
 ཐོབ་པས་ཞེ་བྲབ། ཅེ་ན། མ་བྲབ་སྟེ། བྱེད་ཆོག་པལ་ཆེར་འཕུལ་བྱེད་མེད་པ་
 དང་། ཞེས་པལ་ཆེར་ལ་མེད་པ་ལས་འགའ་ཞིག་ལ་ཡོད་པར་བསྟན་ཡོད་པ་
 གང་ཞིག་འོ་མ་【བཞོས། བཞོ། འདྲོ། འདྲོས་】 ལྟ་བུ་བྱེད་ཆོག་ལ་འདྲ་སྟོན་འཇུག་
 ཡོད་པའི་ཕྱིར། །

༢ རུས་གསུམ་བྱེ་བྲག་པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་ན་ཁྱོད་མགོ་ཅན་ཁོ་ནར་ཉིད་རུ་
 དེས་པས་ཞེ་བྲབ། ཅེ་ན། མ་བྲབ་སྟེ། འདི་ནི་མགོ་ཅན་མང་བའི་སྡེ་ཆན་ནོ།
 ཞེས་མང་ཆེ་བ་མགོ་ཅན་ཡིན་པ་ལས་མགོ་ཅན་ཙུ་བ་ནས་མེད་པ་མ་བསྟན་པའི་
 ཕྱིར་ཉེ། དཔེར་ན། འོ་མ་【བཞོས། བཞོ། འདྲོ། འདྲོས་】 ལྟ་བུ་མགོ་ཅན་མ་ཡིན་
 པའི་ཕྱིར། །

༣ རུས་གསུམ་བྱེ་བྲག་པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་ན་ཁྱོད་རུས་གསུམ་གཟུགས་འགྱུར་
 བའི་ལས་ཆོག་ཡིན་པས་ཞེ་བྲབ་ཅེ་ན། བྲབ་སྟེ། དེ་བྱེད་ཆོག་པལ་ཆེར་ལ་
 འཕུལ་བྱེད་མེད་པ་གང་ཞིག་ ཡོད་ཀྱང་བྱ་བྱེད་ཆོག་དང་འཕུལ་བྱེད་གཅིག་པ་མི་
 སྟོན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན། 【བཞོས། བཞོ། འདྲོ། འདྲོས་】 ལྟ་བུ་ནམས་སོ།

༤ རུས་གསུམ་བྱེ་བྲག་པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་ན་ཁྱོད་བདག་གཞན་པན་ཚུན་ཤེད་
 མཚུངས་ཀྱི་ལས་ཆོག་ཡིན་པས་ཞེ་བྲབ་ཅེ་ན། བྲབ་སྟེ། དེ་བྱ་བྱེད་ཀྱི་ལས་
 ཆོག་གཟུགས་ཐ་དད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༥ རུས་གསུམ་བྱེ་བྲག་པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་ན་ཁྱོད་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་ལས་ཆོག་
 ཡིན་པས་ཞེ་བྲབ་ཅེ་ན། བྲབ་སྟེ། དེའི་བྱ་བྱེད་དང་། བྱེད་ཆོག་གཉིས་སྟེ།

གཟུགས་ཐ་དད་ཡོད་པ་གང་ཞིག །དེ་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །

༤ བྱེད་ལས་ངོ་བོ་གཅིག་པ་ཅན་གྱི་ལས་ཚིག་ཡིན་ན་ཁྱོད་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་ལས་ཚིག་ཡིན་པས་ཞེ་བྱ་བ་ཅེ་ན། མ་བྱ་བ་སྟེ། གང་མོ་བགད། བགད། དགོད་དང་། བང་བརྒྱགས། བརྒྱག་རྒྱག་ལག་པ་བརྒྱངས། བརྒྱང་། རྒྱུང་ལ་སོགས་པའི་རྒྱས་གསུམ་བྱེ་བྲག་པའི་ལས་ཚིག་ཁག་གཅིག་བྱེད་ལས་ངོ་བོ་གཅིག་པ་ཅན་གྱི་ལས་ཚིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ལས་ཚིག་དེ་དག་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་ལས་ཚིག་ཡིན་ཏེ། ཁྱོད་བྱ་ཚིག་དང་། བྱེད་ཚིག་གཉིས་ཀྱི་སྒྲ་གཟུགས་ཐ་དད་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་གོ་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །

༥ བདག་གཞན་ཕན་ཚུན་ཤེད་མཚུངས་པའི་ལས་ཚིག་ཡིན་ན་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་ལས་ཚིག་ཡིན་པས་ཞེ་བྱ་བ་ཅེ་ན། བྱ་བ་སྟེ། བདག་གཞན་ཕན་ཚུན་ཤེད་མཚུངས་པའི་ལས་ཚིག་དང་། བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་ལས་ཚིག་གཉིས་དོན་གཅིག་ཡིན་ཏེ། །

༦ བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་ལས་ཚིག་ཡིན་ན་ཁྱོད་ལ་དངོས་པོ་བདག་གཞན་གྱི་དབྱེ་བ་ཡོད་པས་ཞེ་བྱ་བ་ཅེ་ན། བྱ་བ་སྟེ། བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་ཞེས་པ་ལས་ཚིག་རང་གི་དངོས་ནས་དངོས་པོ་བདག་གཞན་གྱི་དབྱེ་བ་ཡོད་པའི་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་བྱ་ཚིག་དང་བྱེད་ཚིག་གཉིས་སྒྲ་གཟུགས་ཐ་དད་ཡོད་པའི་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །

གསུམ། རྒྱས་གསུམ་ཐོར་བྱ་པ།

【རྒྱས་གསུམ་ཐོར་བྱ་པའི་ལས་ཚིག་བཞུགས་པར། 560】

གང་ཞིག་རྒྱས་གསུམ་ཚིག་ལ་འཕུལ་མེད་དང་། །

ཡོད་ཀྱང་འཕུལ་ཡིག་གཅིག་ལས་འཕྱར་མེད་དང་། །

འཕྱར་ཡང་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གཉིས་པོ་ལ། །

མི་མཐུན་པ་ནི་ཐོར་བྱ་པ་ཞེས་བཞེད། །

ཆོག་དོན།	འདས།	མ་འོངས།	ད་ལྟ།	སྐུལ།	ལས་ཆོག་རྣམས་པ།
མལ་དུ་ཉལ།	ཉལ།	ཉལ།	ཉལ།	ཉལ།	ཐ་མི་དད་པ།
མི་འདབ་ཀྱས།	ཀྱས།	ཀྱས།	ཀྱས།		ཐ་མི་དད་པ།
ཤིང་བཀམ།	བཀམ།	བཀམ།	བཀམ།	ཁོས།	ཐ་མི་དད་པ།
ཚ་བ་བཀོག།	བཀོག།	བཀོག།	བཀོག།	ཁོས།	ཐ་མི་དད་པ།
གདན་ལ་བཞུགས།	བཞུགས།	བཞུགས།	བཞུགས།	བཞུགས།	ཐ་མི་དད་པ།
ལམ་རྒྱ་འགོ་བ།	མོང་།	འགོ།	འགོ།	མོང་།	ཐ་མི་དད་པ།
བསྐྱབ་བྱ་གདམས།	གདམས།	གདམས།	འདོམས།	འདོམས།	བདག་གཞན་ཤིང་མཚུངས།
བྱ་བ་གཞིབ།	གཞིབས།	གཞིབ།	འཇིབ།	འཇིབས།	བདག་གཞན་ཤིང་མཚུངས།

ཐེང་། 1-2 གང་ཡང་རྒྱས་གསུམ་ཆོག་ལ་འཕུལ་མེད་གྱི་རིགས།

ཐེང་། 3-5 ཡོད་ཀྱང་འཕུལ་ཡིག་གཅིག་འཕུར་མེད་གྱི་རིགས།

ཐེང་། 6-8 འཕུར་ཡང་གྱི་དང་བྱེ་བྲག་གཉིས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དང་མི་མཐུན་པ།

འདི་རིགས་ནི་སལ་ཆེར་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་ལས་ཆོག་རྣམས་ཡིན་ལ་
རྒྱས་གསུམ་གྱི་བཏང་བ་དང་། བྱེ་བྲག་པ་གཉིས་ཀའི་མཚན་ཉིད་དང་མི་
མཐུན་པའི་བྱ་བྱེད་ཕན་ཚུན་ཤིང་མཚུངས་པའི་ལས་ཆོག་གི་དབྱེ་བ་ཅན་འགའ་
ཞིག་ཀྱང་ཡོད་དོ། །བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་ལས་ཆོག་རྣམས་ལའང་བྱེད་ལས་
རོ་པོ་གཅིག་པ་ཅན་གྱི་ལས་ཆོག་དང་། བྱེད་ལས་རོ་པོ་ཐ་དད་ཅན་གྱི་ལས་ཆོག་
སྟེ་རིགས་གཉིས་སུ་ངོས་སོ། །

༡ རྒྱས་གསུམ་ཐོར་བྱ་པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་ན་ཁྱོད་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་ལས་
ཆོག་ཡིན་པས་ཞེ་བྱབ། ཅེ་ན། བྱ་བྱེད་སྟེ། 【གཞིབས། གཞིབ། འཇིབ།】
དང་། 【སྐྱང་། སྐྱོང་། སྐྱངས། སྐྱོངས་】 ལྟ་བུ་རྒྱས་གསུམ་ཐོར་བྱ་བ་ཡིན་
ཀྱང་དེ་དག་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་བྱ་ཆོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྟེ། དེ་རྣམས་བདག་
གཞན་ཤིང་མཚུངས་པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་།

༢ བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་ན་རྒྱས་གསུམ་ཐོར་བྱ་པའི་ལས་ཆོག་
ཡིན་པས་ཞེ་བྱབ། ཅེ་ན། བྱ་བྱེད་སྟེ། རྒྱས་གསུམ་གྱིར་བཏང་བ་དང་བྱེ་བྲག་པ་ལ་
བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་ལས་ཆོག་མེད་པའི་ཕྱིར་རྟེ། དེ་གཉིས་ཀྱི་ལས་ཆོག་རྣམས་

བདག་གཞན་ཕན་ཚུན་ཤིང་མཆོངས་པའི་ལས་ཆོག་ཁོ་ན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

༡ ཏུས་གསུམ་ཐོར་བུ་བའི་ལས་ཆོག་ཡིན་ན་ཁྱོད་ཏུས་གསུམ་གཟུགས་མི་
འགྱུར་བའི་ལས་ཆོག་ཡིན་པས་ཞེ་བྱལ། ཅེ་ན། མ་བྱལ་སྟེ། འགྱུར་ཡང་སྟྱི་དང་
བྱི་བྱག་གཉིས་པོ་ལ། །མི་མཐུན་པ་ནི་ཐོར་བུ་པ་ཞེས་བརྗོད། ཅེས་གསུངས་པ་
ལྟར། 【གཞིབས། གཞིབ། འཛིབ།】དང་། 【བྱས། བྱི་འབྱ།】ལ་སོགས་
པ་ཏུས་གསུམ་ཐོར་བུ་པ་ཡིན་ཀྱང་ཏུས་གསུམ་གཟུགས་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། །

༢ ཏུས་གསུམ་གཟུགས་མི་འགྱུར་བའི་ལས་ཆོག་ཡིན་ན་ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲིམ་གདང་མི་
འགྱུར་བས་ཞེ་བྱལ་ཅེ་ན། མ་བྱལ་སྟེ། སྒྲིམ་པ་བཤོས། བཤོ་བཤོད་དང་། དགོ་
བ་བསྟོས། བསྟོད་དང་། སྒྲིམ་པ་དབྱེད། དབྱེད། ཤིང་གསེས། གསེ་སོགས་ཀྱི་
ལས་ཆོག་རྣམས་ཏུས་གསུམ་སྒྲིམ་གཟུགས་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། འདིར་ཏུས་གསུམ་
གཟུགས་འགྱུར་མིན་ནི་སྟོན་འཇུག་འགྱུར་མིན་ལ་ངོས་འཛིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། །

༣ ཏུས་གསུམ་ཁོ་ན་སྟོན་པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་ན་ཁྱོད་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པ་
ཉིད་ཏུ་ངེས་པས་ཞེ་བྱལ། ཅེ་ན། བྱལ་སྟེ། ཏུས་གསུམ་ཁོ་ན་སྟོན་པའི་ལས་
ཆོག་ཡིན་ན་ཁྱོད་ལས་ཆོག་རང་ངོས་ནས་དངོས་པོ་བདག་གཞན་གྱི་དབྱེ་བ་
འབྱེད་མི་རུས་པའི་ཕྱིར་ཉེ། དེ་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །

༤ བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་ན་ཁྱོད་ཀྱི་ཁ་གཏད་ཏུ་བྱ་བྱེད་ཐ་
དད་པའི་འདས་ཆོག་ཡོད་པས་ཞེ་བྱལ། ཅེ་ན། མ་བྱལ་སྟེ། ར་འགྲོ། བྱ་འཕུར།
རི་ཉིལ། རྩ་འབྱམས། ལྷ་བུ་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་བྱ་ཆོག་ཡིན་ཡང་དེའི་ཁ་
གཏད་ཏུ་བྱ་བྱེད་པ་པོ་དང་འབྲེལ་བའི་འདས་ཆོག་མེད་པའི་ཕྱིར། དེ་དག་བྱེད་
ལས་ངོ་བོ་གཅིག་པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །

༥ བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་ན་ཁྱོད་ལ་བྱེད་སྒྲིམ་ཐོབ་པས་ཞེ་
བྱལ། ཅེ་ན། མ་བྱལ་སྟེ། དུག་གིས་ཤི། མེས་ཆོགས། སེམས་ཀྱིས་རྟོགས།
མིག་གིས་མཐོང་། རྣ་བས་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་ལས་ཆོག་
རྣམས་ཀྱི་སྟོན་ན་བྱེད་སྒྲིམ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར། །

༦ བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་ན་ཁྱོད་བྱེད་ལས་ངོ་བོ་གཅིག་པ་

ཅན་གྱི་ལས་ཚིག་ཡིན་པས་ཞེ་བྱ་བ་ཅེ་ན། མ་བྱ་བ་སྟེ། རྩལ་གིས་ཤི། མིས་
ཚིགས། མིག་གིས་མཐོང་། རྩ་བས་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་ལས་ཚིག་དེ་དག་བྱེད་
ལས་ངོ་མོ་ཐ་དད་ཅན་གྱི་ལས་ཚིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །

༩ བྱེད་ལས་ངོ་མོ་གཅིག་པ་ཅན་གྱི་ལས་ཚིག་ཡིན་ན་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་
ལས་ཚིག་ཡིན་པས་ཞེ་བྱ་བ་ཅེ་ན། མ་བྱ་བ་སྟེ། བརྒྱལ་དང་རྒྱལ་ བསྐྱེད་དང་
སྟོན་ལྟ་བུ་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་ལས་ཚིག་ཡིན་ཏེ། བྱ་ལས་དང་བྱེད་ལས་ཐ་
དད་རྩ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། །

༡༠ བྱེད་སྒྲའི་སྤང་ཡོད་ན་དེའི་འོག་རྩ་ལས་ཚིག་ཡོད་དགོས་པས་ཞེ་བྱ་བ་ཅེ་
ན། མ་བྱ་བ་སྟེ། བྱ་གང་གིས་མཐོ་བ། མཐོ་གང་གིས་ཆེ་བ་སོགས་ནི་རྒྱ་མཚན་
སྟོན་པའི་སྤང་ཡིན་པ་ལས་བྱ་བ་སྟོན་པའི་སྤང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །

༡༡ བྱེད་སྒྲའི་སྤང་ཡིན་ན་བྱེད་སྒྲ་ཡིན་པས་ཞེ་བྱ་བ་ཅེ་ན། མ་བྱ་བ་སྟེ།
གདོང་རང་བཞིན་གྱིས་དཀར་བ། མཐོ་གང་གིས་རིང་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་གྱི་
བྱེད་སྒྲའི་སྤང་དེ་དག་བྱེད་སྒྲ་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་མཐུག་ཐོག་རྩ་བྱ་ཚིག་མེད་པའི་
ཕྱིར། །

༡༢ རྩལ་གསུམ་ཐོར་བུ་པའི་ལས་ཚིག་ཡིན་ན་ཁྱོད་རྩལ་གསུམ་ཁོ་ན་སྟོན་པའི་
ལས་ཚིག་ཡིན་པས་ཞེ་བྱ་བ་ཅེ་ན། མ་བྱ་བ་སྟེ། སྤང་དང་སྤྱོད་། སྤང་དང་
ལེན། སྤང་དང་སྤྱོད་ལ་སོགས་པའི་རྩལ་གསུམ་ཐོར་བུར་པའི་ལས་ཚིག་དེ་
དག་དངོས་ལས་རྩལ་གསུམ་སྟོན་པའི་ལས་ཚིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ལས་ཚིག་
དེ་དག་རེ་རེས་དོན་གསུམ་རེ་སྟོན་པའི་རྩལ་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། །

༡༣ རྩལ་གསུམ་གཞུགས་མི་འགྱུར་བའི་ལས་ཚིག་ཡིན་ན་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་
པའི་ལས་ཚིག་ཡིན་པས་ཞེ་བྱ་བ་ཅེ་ན། མ་བྱ་བ་སྟེ། 【སྤང་། སྤྱོད་།
སྤངས་】དང་། 【སྤང་། སྤྱོད་། སྤངས་ སྤྱོདས་】 ལྟ་བུ་རྣམས་རྩལ་གསུམ་
གཞུགས་མི་འགྱུར་བའི་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་ཅན་གྱི་ལས་ཚིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །

[illegible]

༡ བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་འདས་ཚིག་ཡིན་ན་ཁྱོད་ཀྱི་མ་འོངས་པའི་ལས་ཚིག་
ཀྱང་ཐ་དད་པའི་ལས་ཚིག་ཡིན་པས་ཨེ་བྱལ་ཅེ་ན། མ་བྱལ་སྟེ། བཀག་དང་།
བཀའ་། བཀྱག་ལ་སོགས་པའི་ལས་ཚིག་ཁག་གཅིག་གི་ཁ་གཏད་ཏུ་བྱ་བའི་
འབྲས་བུ་སྟོན་པའི་ལས་ཚིག་ ཁྱིམ་ ཁེང་། ལྷག་ལྟ་བུ་ཐ་མི་དད་པའི་ལས་ཚིག་
ཀྱང་ཐོབ་པའི་ཕྱིར།

༢ ལས་ཚིག་གི་འབྲེལ་བ་ཡིན་ན་དུས་གསུམ་དང་། དངོས་པོ་བདག་གཞན་
ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་པས་ཨེ་བྱལ་ཅེ་ན། མ་བྱལ་སྟེ། བཅད་ནས་ཆད། བསད་
ནས་ཤི། བསྐྱར་ནས་འཁོར་ལ་སོགས་པའི་ལས་ཚིག་ཁག་གཅིག་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་
འབྲེལ་བ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར།

༣ བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་འདས་ཚིག་ཡིན་ན་ཁྱོད་ཀྱི་མ་འོངས་པའི་ལས་ཚིག་དེ་
ཁྱོད་ཀྱི་འབྲས་བུ་སྟོན་པའི་ལས་ཚིག་ཡིན་པས་ཨེ་བྱལ་ཅེ་ན། མ་བྱལ་སྟེ། བཅད་
དང་གཅད། བསད་དང་གསད། བསྐྱར་དང་བསྐྱར་ལ་སོགས་པ་དེ་དང་རྒྱ་འབྲས་
འབྲེལ་བ་སྟོན་པའི་ལས་ཚིག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་གཉིས་དུས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་
སྟོན་པའི་ལས་ཚིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༤ བྱེད་པ་པོ་དང་དངོས་སུ་འབྲེལ་བའི་དུས་འདས་པའི་ལས་ཚིག་ཡིན་ན་
ཁྱོད་ཀྱི་ཁ་གཏད་ཏུ་བྱ་བའི་འབྲས་བུ་སྟོན་པའི་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་ལས་ཚིག་
ཡོད་པས་ཨེ་བྱལ། ཅེ་ན། མ་བྱལ་སྟེ། གཡག་ལ་དོ་པོ་བཀལ། ཅུམ་པ་
བཏགས། གནས་སུ་བཞག་འོར་བརྒྱས། སྐྱ་བཞར་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་བྱེད་པ་
པོ་དང་དངོས་སུ་འབྲེལ་བའི་དུས་འདས་པའི་ལས་ཚིག་ཡིན་ཡང་དེ་དག་གི་ཁ་
གཏད་ཏུ་བྱ་བའི་འབྲས་བུ་སྟོན་པའི་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་བྱ་ཚིག་མེད་པའི་ཕྱིར།

༥ བྱེད་པ་པོ་དང་དངོས་སུ་མ་འབྲེལ་བའི་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་བྱ་ཚིག་ཡིན་
ན་ཁྱོད་ཀྱི་ཁ་གཏད་ཏུ་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་འདས་ཚིག་ཡོད་པས་ཨེ་བྱལ། ཅེ་ན།
མ་བྱལ་སྟེ། ང་འགྲོ། བྱ་འཕུར། རི་ཉིལ། རྒྱ་འབྲམས། ལྟ་བུ་བྱ་བྱེད་ཐ་
མི་དད་པའི་བྱ་ཚིག་ཡིན་ཡང་དེའི་ཁ་གཏད་ཏུ་དུས་འདས་པ་སྟོན་པའི་ལས་ཚིག་
མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་དག་བྱེད་ལས་ངོ་པོ་གཅིག་པའི་ལས་ཚིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །

མ་བཅད་བཞི་པ། ལྷན་ངག་གི་སྤྱི་དོན་སྐོར་བཤད་པ།

ལྷན་ངག་གི་གཞུང་དེ་ངག་བཅོ་རིག་པའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པ་དང་། བར་
སྤྱད་རིག་ཁོངས་གཏོགས་ གང་ཡིན་མཁས་པ་སོ་སོའི་བཞེད་ཚུལ་མི་མཐུན་པ་
ཡོད་ཀྱང་། ཁོ་པོས་དེ་ལ་འགལ་བ་གང་ཡང་མ་མཐོང་སྟེ། ལྷན་པའི་ངག་སྦྱོར་གྱི་
དབང་ཏུ་བྱས་ན་ངག་བཅོ་རིག་པའི་ཁོངས་གཏོགས་དང་། བ་སྤྱད་སྦྱོར་ཚུལ་གྱི་
དབང་ཏུ་བྱས་ན་བར་སྤྱད་རིག་པའི་ཁོངས་སུ་བསྡུ་ཆོག་པ་དོན་ལ་མི་འགལ་བར་
སེམས། བར་སྤྱད་རིག་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་གྱུར་བའི་ལྷན་ངག་ནི། ཐོག་མར་
གནའ་པོའི་བོད་མིའི་ངག་ཐོག་ནས་ཚུལ་སྤྲོལ་དར་ཞིང་། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་ཏུ་
ཡིག་ཐོག་གི་ལྷན་ངག་བྱུང་ཡོད།

སྤྱི་ལོའི་དུས་རབས་བཅུ་གསུམ་པའི་ནང་ཏུ་རྒྱ་གར་གྱི་ལྷན་ངག་མེ་ལོང་མའི་
གཞུང་བོད་སྐད་ཏུ་བསྒྱུར་བ་ནས་བཟུང་། བོད་ཀྱི་མཁས་པ་ཆོས་རྒྱ་གར་གྱི་ལྷན་
ངག་ལ་ད་རྒྱུས་བྱས་ནས་བཅུ་མས་པ་ཉ་ཅང་མང་། ལྷན་གཞུང་འདི་ལ་ལེའུ་
གསུམ་ཡོད་པའི་དང་པོ་ནི། ཚུལ་རིག་གི་ལུས་རྒྱན་གང་ཡིན་དོས་འདྲིན་དང་།
གཏམ་དང་། བརྗོད་པ་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་མཚན་ཉིད། ལྷན་ངག་ཆེན་པོ་ཞེས་
པའི་མཚན་ཉིད། རྒྱ་གར་ཤར་ལྷོ་གཉིས་ཀྱི་འདོད་ཚུལ་མི་འདྲ་བའི་སོ་སོའི་ཐུན་
མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱན་ཡིན་ལ། ལེའུ་བར་པ་དོན་རྒྱན་སོ་གསུམ་པ་དང་། ལེའུ་
ཐ་མར་སྤྱ་རྒྱན་དང་གཤམ་ཆོག་གི་རྒྱན། སྦྱོན་སེལ་བའི་ཐབས་བཅས་ཡིན། ལྷན་
ངག་མེ་ལོང་མ། བོད་ཏུ་མ་བསྒྱུར་བའི་པོད་ཏུ་བྱུང་བའི་སྤྱ་གནས་ལ་སོགས་པའི་
བོད་ཀྱི་ལྷན་ཆོག་རྣམས་ཀྱི་ཚུལ་ཚུལ་ཡང་སྤྱ་རྒྱན་དང་། དོན་རྒྱན། གཤམ་ཆོག་
གི་རྒྱན་གང་ཏུང་ཞིག་མ་འདས་པར་སྤང་། དེས་ནས་སྤྱ་རྒྱན་དང་དོན་རྒྱན་གྱི་
རྣམ་བཞག་འདི་དག་ནི། ཉི་མ་ལ་ཡི་རི་རྒྱུད་ཀྱི་ཐུན་མོང་གི་རིག་གནས་དང་
བསམ་སྒྲོ་ཞིག་ཡིན་འདུག །

ལྷན་ངག་མེ་ལོང་མ། རྒྱ་གར་གྱི་སྤྱི་བ་དཔོན་ལྷན་ངག་མཁན་པོ་དབྱུག་པ་ཅན་
ཀྱིས་རྒྱ་གར་གྱིས་ཤར་པ་དང་། ལྷོ་པའི་ལམ་སྤྲོལ་ཐ་དད་པ་དང་། ཤར་ལྷོའི་ལམ་
སྤྲོལ་ཐུན་མོང་བ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱི་བ་པོ་བསྐྱེད་ནས་ལེའུ་གསུམ་གྱི་གཞུང་ཆོད་ཏུ་དྲིལ་

བར་མཛད་པ་འདི་ཉིད། འགྲོ་མགོན་ཆོས་རྒྱལ་འཕགས་པའི་སྐབས། ཤོང་ལོ་རྩེ་རྒྱལ་མཚན་དང་། རྒྱ་གར་གྱི་པརྩེ་ཏ་ལ་ལྷོ་ཀ་ར་གཉིས་ཀྱིས་དཔལ་ས་སྐྱའི་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་བོད་ཡིག་ལ་བསྐྱར་ཏེ་བྱིས་སུ་དཔང་ལོ་སློ་གྲོས་བརྟན་པ་དང་། ལྷ་ལུ་ལོ་ཚུ་བ་ཆོས་སྐྱོང་བཟང་པོ་སོགས། ལྷ་ཕྱིའི་མཁས་པ་མང་པོས་རྒྱ་གཞུང་དང་བསྐྱར་ཏེ་འགྱུར་བཅས་དག་ཐེར་རིམ་པར་མཛད་པའི། ལྷ་ར་ག་གི་གཞུང་ཆེན། རུས་བྱིས་སི་ཏུ་ཆོས་ཀྱི་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་རབ་བྱུང་བཅུ་གསུམ་པའི་ཆུ་ཡོས། སྤྱི་ལོ་ ༡༧༧༢ ལོར་གསར་འགྱུར་བྱས་པ་བཅས་ཡིད།

ལྷ་ར་ག་མེ་ལོང་མའི་འགྲེལ་བཤད། བོད་དུ་《ལྷ་ར་ག་མེ་ལོང་མའི་》གཞུང་རི་ལྟར་འགྱུར་ཞིན། ཐོག་མར་ས་སྐྱ་པརྩེ་ལ་ཏ་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་གཞུང་འདི་ཤོ་ལོ་ཀ་འགའ་ཞིག་བོད་སྐད་དུ་བསྐྱར་ནས་《མཁས་པ་ལ་འབྲུག་པའི་སློ་》ཞེས་པའི་བསྐྱར་བཅས་དེའི་ནང་དུ་བཀོད་ཡོད་པ་རེད། དེ་རྗེས་འགྲོ་མགོན་ཆོས་རྒྱལ་འཕགས་པའི་བཀའ་བཞུགས། ཤོང་ལོ་རྩེ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་དཔལ་ས་སྐྱའི་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་པརྩེ་ཏ་ལ་ལྷོ་ཀ་ར་འཇུག་ནས་《ལྷ་ར་ག་མེ་ལོང་》གི་གཞུང་ཆ་ཆོང་ཐོག་མར་བོད་སྐད་དུ་བསྐྱར་བ་རེད། དེའི་བྱིས་སུ་དཔང་ལོ་ཚུ་བ་སློ་གྲོས་བརྟན་པས་འགྱུར་བཅས་དང་འཆད་ཉན་གནང་། དེ་རྗེས་ལྷ་ལུ་ལོ་ཚུ་བ་ཆོས་སྐྱོང་བཟང་པོས་《མེ་ལོང་མའི་》རྒྱ་དཔེ་རྙིང་པ་དང་། རྒྱ་འགྲེལ་གྱི་གཞུང་ལ་ས་ནས་དག་བཅས་དང་མཆན་དུ་འགའ་ཞིག་བཏབ། དེ་རྗེས་རབ་བྱུང་བཅུ་གསུམ་པའི་ཆུ་འབྲུག་སྤྱི་ལོ་ 1772 ལོར། སི་ཏུ་ཆོས་ཀྱི་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་སིང་ག་ལའི་སྤྱིང་དུ་སྐྱེ་འབྱུངས་པའི་ནང་པའི་པརྩེ་ཏ་རྩུ་བྱི་དང་། པཌ་ཆེན་ར་ག་དབང་གཤམ་པའི་རྒྱ་འགྲེལ་རྒྱ་དཔེ་མ་གཉིས་དང་བསྐྱར་ནས་ལྷ་དག་དང་འགྱུར་བཅས་གནང་པའི་《ལྷ་ར་ག་མེ་ལོང་》གི་གཞུང་ཆ་བ་སྐད་གཉིས་ཤན་སྐྱར་ཅན་སི་ཏུའི་བཀའ་འབྲུམ་དུ་བཞུགས་པ། ད་ལྟར་དཔལ་སྐྱུངས་སུ་སྤྱར་ཤིང་བཞུགས་ཡོད། བོད་ཀྱི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་མཛད་པའི་《ལྷ་ར་ག་མེ་ལོང་》གི་འགྲེལ་པ་དང་། དཔེར་བཞིན་སྐོར་བརྒྱ་ལ་ཉེ་བ་ཅི་ཡོད་ཀྱང་། དེ་དག་ལས་ཆེས་སྤྱོ་ཤོས་ནི་ཤོང་ལོའི་ས་བཅད་ཀྱི་ཆིངས་《དབྱུངས་ཅན་མགུལ་རྒྱུ་》དང་། དཔང་

ལོས་ཀྱི་འགྲེལ་གྱི་ཚིག་སྒྲ་བསྟུས་པའི་གཞུང་《དཔང་རིག་》ཏུ་གྲགས་པ་དེ་གཉིས་
 ཡིན། ལོ་རྒྱུས་ཐོག་སྟོན་འགྲེལ་གྲགས་ཆེན་ལུ་ཁེས་གྲགས་པ་ནི། རིན་སྤངས་ངག་
 དབང་འཛིགས་གྲགས་ཀྱིས་རབ་བྱུང་དགུ་པའི་མེ་ཁྱི། སྤྱི་ལོ་༡༥༩༧ལོར་བཅམས་
 པའི་《སྟོན་འགྲེལ་མི་འཛིགས་སེང་གའི་ང་རོ་》དང་། རྒྱལ་བ་སྤྱི་མེད་ལུ་པ་ངག་
 དབང་སྒོ་བཟང་རྒྱ་མཚོས་རབ་བྱུང་བཅུ་གཅིག་པའི་མེ་མག། སྤྱི་ལོ་༡༦༩༧ལོར་
 བཅམས་པའི་《སྟོན་འགྲེལ་དབྱངས་ཅན་དགྲེས་པའི་སྤྱི་དབྱངས་》ཐོད་མཁས་པ་
 མི་མཁ་དག་ལེགས་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་རབ་བྱུང་བཅུ་གཅིག་པའི་ས་རྟ། སྤྱི་ལོ་༡༦༩༨
 ལོར་བཅམས་པའི་《སྟོན་འགྲེལ་དཔྱིད་དགོངས་རྒྱན་》འབྲུག་ཁམས་སྤུལ་བསྟན་
 འཛིན་ཚོས་ཀྱི་ཉི་མས་རབ་བྱུང་བཅུ་གསུམ་པའི་ལྷགས་སྟག། སྤྱི་ལོ་༡༧༡༠ལོར་
 བཅམས་པའི་《སྟོན་འགྲེལ་དབྱངས་ཅན་ངག་གི་རོལ་མཚོ་》འཇུ་མི་མཁ་རྣམ་རྒྱལ་
 རྒྱ་མཚོས་རབ་བྱུང་བཅོ་ལྔ་པའི་ས་བྱ་སྤྱི་ལོ་༡༧༡༧ལོར་བཅམས་པའི་《སྟོན་འགྲེལ་
 དབྱངས་ཅན་དགྲེས་པའི་རོལ་མཚོ་》བཅས་ཡིན། དེ་དག་གི་ནང་ནས་ཁམས་སྤུལ་
 བསྟན་འཛིན་ཚོས་ཀྱི་ཉི་མས་མཛད་པའི་《སྟོན་འགྲེལ་དབྱངས་ཅན་ངག་གི་རོལ་
 མཚོ་》ནི། རང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲ་མ་སི་ཏུ་པར་ཆེན་ཚོས་ཀྱི་འབྲུང་གནས་ཀྱིས་རྒྱ་འགྲེལ་རྒྱ་
 དཔེ་མ་གཉིས་ཀྱི་སྟེང་ནས་གསུང་བཤད་གནང་བའི་ཟིན་བྲིས་གཞིར་བཟུང་ནས་
 བྲིས་པ་ཡིན་སྟབས། སྟོན་ངག་མེ་ལོང་གི་འགྲེལ་པའི་ནང་ནས་རྒྱས་ཤོས་ཡིན།

སྟོན་ངག་གི་ལུས། ལུས་ནི་རེ་ཞིག་འདོད་པ་ཡི། དོན་གྱིས་རྣམ་བཅད་ཚིག་གི་
 སྤྱིང་། ཁེས་ལུས་གང་ཡིན་གསལ་པོར་བསྟན་ཡོད་པ་དེའི་དོན་ནི། ལུས་ཁེས་པ་
 གང་ཞེ་ན། གཏམ་རྒྱུད་ལ་སོགས་བཞེད་འདོད་ཀྱི་དོན་གང་ཡིན་པ་དེ། ཚིག་གི་
 སྤྱིང་བར་བཀོད་པ་དེ་ལུས་ཡིན། དེ་ལ་དབྱེ་ན། ལུས་གཞུང་གི་དབྱེ་བ་གསུམ་
 བཤད་པ། ལུས་སྐད་རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཞི་བཤད་པ། སྤྱིང་ཡང་ལུས་ཀྱི་དབྱེ་བ་
 བཤད་པ་སྟེ་གཙོ་བོར་ལུས་ཀྱི་དབྱེ་བའི་རིགས་གསུམ་བསྟན་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡང་
 ལུས་གཞུང་གི་དབྱེ་བ་གསུམ་ཁེས་པ་ནི། ཚིག་གི་རྒྱན་འཇུག་པའི་ལུས་སྟོན་ངག་
 གི་ལུས་ཏེ། ཚིག་བཅད་དང་། ཚིག་ལྷག་རྒྱུད་པ་དང་། དེ་གཉིས་བསྐྱེད་ཁེས་སྤེལ་
 མ་སྟེ་རིགས་མི་འདྲ་བ་གསུམ་ཡོད་པ་རེད། ལུས་སྐད་རིགས་ཀྱི་སྟོན་ནས་དབྱེ་ན་

བཞི་ཞེས་པ་ནི། རྒྱ་གར་གྱི་སྟན་རག་ལ་ཚིག་རྒྱུ་འཇུག་པའི་ཡུལ་ཚིག་གི་སྤང་བ་
 དེའང་ལེགས་སྒྱུར་སྐྱོ་ཏའི་སྐད་དང་། སྤ་གི་ཏའི་སྐད་དང་། ཨ་མ་གྱི་ཤའི་སྐད་
 དང་། དེ་དག་འདྲེས་མའི་སྐད་དེ་རིགས་བཞིར་དབྱེས་ཡོད། སྤར་ཡང་ལུས་ཀྱི་
 དབྱེ་བ་ཞེས་པ་ནི། རྒྱ་གར་གྱི་ལུགས་ལ་རྒྱུས་གར་ཡང་སྟན་རག་གི་རྒྱུ་དུ་བསྟན་
 བས། དེ་ཡང་སྐྱེག་པ་དང་། རོལ་པ་ལ་སོགས་པའི་གར་གྱི་སྟབས་རྒྱུ་མས་ནི་ལྟ་བ་
 མིག་གིས་འཛིན་པའི་ཡུལ་ཡིན་པ་དང་། ཉམས་དེ་དང་སྟན་དུ་བྱུང་བའི་བཞི་ད་
 བྱའི་ཉམས་ལྟར་གྱི་སྤྱ་དེ་དག་མཉམ་བུ་ཁོ་ན་ཡིན། དེ་གཉིས་ཀས་སྐྱེག་སོགས་
 གྱིས་ཉམས་འཛིན་ཞིང་སྟན་པས་སྟན་རག་གི་ལུས་ཅམ་དུ་གཅིག་གྱུར་ལྟ་བ་དང་།
 ཉན་པ་ལ་སྒྱུར་བའི་བྱུང་པར་གྱིས། རིགས་མི་མཐུན་པ་ཁམས་སྤུལ་སྟན་འགྲེལ་
 ལས་གསུངས།

སྟན་རག་གི་ལུས་རྒྱུ་སྟོག་གསུམ། བོད་ཀྱི་སྟན་འགྲེལ་ཚུམ་པ་པོ་རྒྱམས་
 གྱིས་སྟན་རག་ལ། ལུས་རྒྱུ་སྟོག་གསུམ་གྱི་རྒྱམ་བཞག་ཡོད་མེད་སྟོར་ལ་ཚུད་པ་
 ཡོད་ཀྱང་། རོན་དུ་རྒྱ་གར་གྱི་སྟན་རག་མེ་ལོང་གི་ལུགས་ལ་ལུས་དང་རྒྱུ་གཉིས་
 ལས་སྟོག་གི་རྒྱམ་བཞག་མེད་དེ་ཙ་བ་ལས། ལུས་ནི་རེ་ཞིག་འདོད་པ་ཡི། རོན་
 གྱིས་རྒྱམ་བཞག་ཚིག་གི་སྤང་ཞེས་ལུས་གང་ཡིན་གསལ་པོར་བསྟན་ཡོད་པ་དེའི་
 རོན་ནི། རྒྱུ་ཞེས་པ་གང་ཞེན། ཙ་བ་ལས། སྟན་རག་མཛེས་པར་བྱེད་པ་ཡི། ཚས་
 རྒྱམས་རྒྱུ་ཞེས་རབ་དུ་བཞི་ད། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། བཞི་ད་བྱུང་གི་རོན་གྱི་
 ཚིག་སྤང་དེ་དག་། རྒྱུ་བྱེད་ཀྱི་ཚིག་སྒྱུར་སྟན་པར་བྱེད་པའི་ཐུན་མོང་དང་ཐུན་
 མིན་གྱི་རྒྱུ་གཉིས་དང་། དེ་ལས་ཐུན་མོང་གི་རྒྱུ་ལ་སྤྱ་རྒྱུ་དང་། རོན་རྒྱུ་
 དང་། གབ་ཚིག་གི་རྒྱུ་གསུམ་བཅས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཡོད་པ་དེ་དག་ལ་རྒྱུ་ཞེས་ཟེར།
 དེས་ན་རྒྱ་གཞུང་ལ་ལུས་དང་རྒྱུ་གཉིས་ལས་སྟོག་གི་རྒྱམ་བཞག་མེད། བོད་
 ལུགས་ལ། ལུས་རྒྱུ་སྟོག་གསུམ་གྱི་རྒྱམ་བཞག་བྱེད་སྟོལ་མཁས་པ་འགའ་ཞིག་གི་
 ལུགས་ལ་ཡོད་ཅིང་། རྒྱམ་བཞག་དེ་སྟོག་མར་སྟོལ་འབྱེད་མཁན་ནི་བྱུར་མཁར་སྟོ་
 གོས་རྒྱལ་པོ་ཡིན་ལ། ཁོང་གིས་གང་ཟག་གི་སྟོ་རོར་ཡོད་པའི་བཞི་ད་བྱའི་ནང་
 རོན་རྒྱམ་བསམ་སྟོ་དེ་སྟན་རག་གི་སྟོག་ཡིན་པ་དང་། དེ་དག་དུ་རྒྱུ་བྱེད་ཀྱི་

ཆོག་བཅད་དང་། ཆོག་ལྷག་དེ་གཉིས་འདྲེས་པའི་སྤེལ་མ་སྟེ་རིགས་གསུམ་པོ་དེ་
 དག་ནི་སྟན་ངག་གི་ལུས་ཡིན་པ། སྐྱ་རྒྱན་དང་། འོན་རྒྱན། གཤམ་ཆོག་གི་རྒྱན་
 རྣམས་ནི་སྟན་ངག་གི་རྒྱན་ཡིན་པར་འདོད་དོ། །མདོར་བསྡུས་ན། ཚུལ་རིག་གི་
 བསམ་སྒོ་དེ་ལ་སྟོག་དང་། བཅད་ལྷག་སྤེལ་མའི་རྣམ་པ་དེ་ལུས། སྐྱ་རྒྱན་དང་།
 འོན་རྒྱན་ཚུལ་ལྟར་དེ་རྒྱན་ཡིན་པ་བཞིན་འདུག །དེས་ན་རྒྱ་གཞུང་དུ་ལུས་སྟོག་
 རྒྱན་གསུམ་གྱི་རྣམ་བཞག་མ་བསྟན་ཡང་། ཟུར་མཁར་སྒོ་སྟོན་རྒྱལ་པོ་ནས་བཟུང་
 ཐོད་རང་གི་མཁས་པ་འགའ་ཞིག་གིས་སྟན་ཚུལ་ལ་ལུས་སྟོག་རྒྱན་གསུམ་གྱི་རྣམ་
 བཞག་བཞིན་སྟོལ་བྱུང་འདུག་པ་དེ་ནི་ཚུལ་ལྟར་བ་གསར་པ་འདྲིན་པའི་
 ལུགས་ཤིག་ཡིན་པར་མཐོང་།

སྟན་ངག་སྟོལ་རིགས་མཛོད་འདུས་བཞི། ཆོག་བཅད་གྱི་སྟན་ངག་དེ་ཡང་
 སྟོལ་བ་དང་། རིགས་དང་། མཛོད་དང་། འདུས་པ་ཞེས་བྱ་བ་བཞི་ནི་ཆོགས་སུ་
 བཅད་པའི། རང་བཞིན་གྱི་སྟན་ངག་ཆེན་པོ་ས་ཁྲས་བཅིངས་པའི་བསྟན་བཅོས་
 དག་གི་ཞར་ལས་ཤུགས་ཀྱིས་སྟོན་ཡོང་གི་ཡོད་པས། སྟན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས་
 ཆེན་པོ་དེ་དག་གི་ཆ་ཤས་ཅམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན་འདྲིར་ལོགས་སུ་མ་བསྟན་ཏོ། །
 ༡ སྟོལ་བ། བཛོད་བྱའི་དོན་གཅིག་ཆོག་བཅད་གཅིག་གི་ནང་དུ་འདུས་པ་རང་
 རྒྱལ་བྱུང་པའི་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་ཡིན། ༢ རིགས། བཛོད་བྱའི་དོན་གཅིག་ཁྲིད་བྱེད་
 ཤོ་ལོ་ཀ་ཁ་ཤས་ཕན་ཚུན་སྟོན་ནས་དོན་རྟོགས་དགོས་པར་བྱེད་དགོས་ཞིང་། དེ་
 ཡང་ཤོ་ལོ་ཀ་དེའི་ནང་དུ་དོན་མ་རྟོགས་ཤིང་། ཐ་མ་གང་དེའི་མཁུག་དུ་བྱ་ཆོག་
 ཅིག་གིས་དོན་གསལ་བར་བྱས་པ་ཞིག་དགོས། ༣ མཛོད། བཛོད་བྱའི་དོན་
 གཅིག །གཙོད་མཚམས་རང་དབང་ཅན་ཏེ་ཆོག་རྒྱང་གཉིས་དང་། གསུམ། བཞི་
 གང་བྱུང་དུ་བཅད་ཆོག་པ། བྱ་ཆོག་ཡོད་མེད་སྟེ་ཆོགས་པ་རང་དབང་ཅན། ཤོ་ལོ་
 ཀའི་གྲངས་ངེས་བཟུང་མེད་པ་རྣམ་པ་སྟེ་ཆོགས་སུ་ཡོད་པ་ཞིག་དགོས། ༤ འདུས་
 པ། བཛོད་བྱའི་དོན་གཅིག །ཤོ་ལོ་ཀ་མང་པོ་ཞིག་གིས་བསྟན་ཞིང་དེའི་ནང་དུ་
 བྱ་ཆོག་ཀྱང་མང་པོ་ཡོད་པ་ཞིག་དགོས།

སྟན་ངག་ཆེན་མོའི་མཚན་ཉིད། འདོད་པའི་དོན་ལ་སྟོན་པའི་ཤིས་སྟོན་

དང་། ལྷག་པའི་ལྷ་ལ་ཕྱག་བྱ་བའི་ཆོག་བཅད་དང་། གཞུང་གི་བཞེད་བྱའི་དོན་གང་མདོར་བསྡུས་ནས་བསྟན་པའམ་ངེས་པར་བསྟན་པ་བཅས་ནི་སྟན་ངག་ཆེན་པོ་དེ་ལ་འཇུག་པའི་སྟོ་ཡིན་ནོ། །

སྟན་ངག་ཆེན་མོའི་བཞེད་བྱ། སྟན་བྱང་གི་གཏམ་ལས་བྱང་པའི་སྒྲིམ་རབས་དང་། རྟོགས་བཞེད་ལ་སོགས་པ་སྟེ། དཔེར་ན། རྒྱ་གར་རྒྱལ་རབས་དང་། སངས་རྒྱལ་གྱི་སྒྲིམ་རབས་ལྟ་བུ་དང་། བོད་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ལས། གུ་རུ་རྟོགས་བཞེད་པསྒྲ་བཀའ་ཐང་། མི་ལ་རས་པའི་ནམ་ཐར་ལྟ་བུ་ནམས་སོ། །གཅིག་ཤོས་ཞེས་པ། སྟན་ངག་ཆེན་པོའི་བཞེད་བྱ་དེ། འདས་པའི་དོན་ཁོ་ན་ཅམ་མ་ཡིན་པ་དེ་ལས་གཞན་པ་ད་ལྟའི་དངོས་པོའི་ངོ་མཆར་དང་། ཡོན་ཏན་བཞེད་པའི་གཏམ་སྟེ། དཔེར་ན། དཔོན་པོ་ཀམ་ངེས་ལེགས་ཀྱིས་རང་གི་གཅེན་པོ་སི་རུ་ཆོས་འབྱུང་ལ་བསྟོད་པ། སྟན་ངག་ལྷག་པ་ལྟ་བུ་གཞོན་ནུ་དང་། དགེ་བཤེས་ཤེས་རབ་རྒྱ་མཆོས་མའོ་གུའུ་ཞི་ལ་བསྟོད་པའི་སྟན་ངག་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་ཀ་ཚོམ། ཀ་ལིང་ཀ་ཏ་བལ་པེ་ཅིང་སོགས། ཞེས་པའི་མིག་སྒར་སྒྱི་ཆོགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་དྲང་པོར་བཞེད་པའི་སྟན་ངག་ལྟ་བུ་ནམས་སོ། །དེ་དག་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུའི་བཞེད་དོན་ལེགས་པ་ལ་བརྟེན་པའི་སྟེ་བཞིའི་འབྲས་བུའི་དབང་རུ་གྱུར་པ་ཞེས་པར། དཀར་པོ་དགེ་བའི་ལས་ལ་སྟོད་པ་ཆོས་སྟེ། རང་གི་བདག་རུ་བཟུང་བའི་ས་གནི་དང་། ཁོར་རྒྱས་ལ་སོགས་ཁོར་གྱི་སྟེ། འཁོར་བ་ལས་ཐར་ཏེ་གཏན་རུ་བདེ་བའི་ས་ལ་སྟེབས་ཐར་པའི་སྟེ། གཟུགས་སྒྲ་ལ་སོགས་དབང་པོའི་བདེ་བར་སྟོད་པ་འདོད་པའི་སྟེ་སྟེ། དེ་བཞི་ནི་སྒྲིམ་བུ་ནམས་ཀྱིས་དོན་རུ་གཉེར་བྱའི་ཡུལ་ཡིན་པས་ན་དེའི་འབྲས་བུ་གང་བཞེད་པ་དང་། གཞན་ཡང་བསྟན་པར་འོས་པའི་མཁས་པ་དང་། ཡོན་ཏན། མཛད་པ་ཤིན་ལས་རྒྱ་ཆེ་བ་སོགས་ལ་བསྟན་པ་ནམས་ཡིན། །

སྟན་ངག་ཆེན་མོའི་བཞེད་བྱ་བཅུ་བདུན། སྟན་བྱང་གཏམ་དང་སྟེ་བཞི་སྟེ། ༡ གྲོང་བྱིར། ༢ རྒྱ་མཚོ། ༣ རི། ༤ དུས། ༥ ཉི་མཱ་འཆར་རུབ་ལ་བསྟན་པ། ༦ སྟོད་ཆེལ། ༧ རྒྱའི་རོལ་ཅིང་། ༨ འཆར་འབྱུང་བ། ༩ དགའ་སྟོན། ༡༠ མ་ཆོགས་པ། ༡ བག་མ་ལེན་པ། ༡༢ གཞོན་ནུ་སྟེ་བ། ༡༣ གཞོན་ནུ་འཕེལ་བ། ༡༤ གྲོས་བྱེད་པ། ༡༥ སྟོན་བཞེད་པ།

༡༩གཡུལ་འཐབ་པ། ༡༩མངའ་ཐང་དར་བ་བཅས་སོ། །དེ་ནམས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་
བརྗོད་པའི་ཆེ། ༡་ཅང་གི་ཆོག་ཀྱང་ན་སྟན་ངག་གི་ཉམས་མི་ཐོན་པས་མདོར་
བསྡུས་མིན་པར་ཅི་རིགས་སུ་སྒྱུར་དགོས་ཞིང་། མིག་མི་དངོས་སུ་མཐོང་བ་དང་
འདྲ་བའི་གཞུགས་ལྟ་བུའི་ཆོག་གི་ཉམས་དང་། ཡིད་ཀྱི་ནམ་པའི་འགྱུར་བ་སྐྱེད་
ཅུས་པའི་ཆོག་སྒྱུར་སྟན་པོས་གཏམས་པའམ། གང་བར་བྱས་པའི་སྟན་ངག་འདི་
རིགས་སྐར་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་འང་མིན་པ་རྒྱས་བསྡུས་འཆོམས་པར་ཞིག་བྱ་དགོས།

༥ སྟན་ངག་ཐུན་མིན་རྒྱན་གྱི་ཡོན་ཏན་བཅུ། སྟན་ངག་མེ་ལོང་མའི་གཞུང་ཏུ་
རྒྱ་གར་ཤར་ཅུབ་གཉིས་ཀྱི། སྟན་ངག་འབྲི་སྒྲིལ་པ་བཞེད་པ་མི་མཐུན་པའི་ཆ་
བསྟན་པ་ལ་ཐུན་མིན་གྱི་རྒྱན་ཟེར། དེ་དག་ནི། སྒྱར་བ། རབ་དྲངས། མཉམ་ཉིད།
སྟན་པ། ཤིན་ཏུ་གཞོན་པ། འོན་གསལ་པ། རྒྱ་ཆེ་བ། བརྗོད་པ། མཛེས་པ། ཉིང་རེ་
འཛིན་བཅས་རྒྱན་བཅུ་པོ་དེ་དག་ལ་ཟེར། འདིར་ཤར་སྟོ་གཉིས་ཀྱི་འདོད་པ་ཐ་
དད་པ་རེ་བྱས་པས་བསྟོམས་པས་དཔེར་བརྗོད་ཉི་ཤུ་དང་། བཞི་པ་ལ་ཤར་སྟོ་
ཐུན་མོང་གིས་འདོད་པའི་དཔེར་བརྗོད་གསུམ། སྟོ་དོན་གཉིས་ཀར་གྲོང་ཆོག་
སྤང་ཚུལ་ལ་དཔེར་བརྗོད་ལྟ་བཅས་བསྟོམས་པས་ཉེར་བརྒྱད་ཡོད།

༥ སྟན་ངག་ལེའུ་གཉིས་པ་ལ་དོན་རྒྱན་སོ་ལྔར་གྲགས་ཀྱང་ཁོ་བོས་ཞིབ་པར་
བཟུས་ཇེས། ཤིས་བརྗོད་ཀྱི་རྒྱན་ཡན་ལ་དོན་རྒྱན་མཆོན་ཉིད་པ་སོ་གསུམ་ཡིན་
འདུག །དོན་རྒྱན་སོ་ལྔ། རྒྱ་གར་ཤར་སྟོ་གཉིས་ཀྱི་ཐུན་མོང་ཏུ་འདོད་པའི་དོན་
རྒྱན་ནམ་གངས་སོ་ལྔ་ནི། ༡ རང་བཞིན་བརྗོད་པའི་དཔེར་བཞི། ༢ དཔེ་རྒྱན་སོ་
གཉིས། དཔེ་དོན་མཆོག་དམན་བྱང་ན་སྟོན་མེད་གསུམ་དང་། སྟོན་ལྡན་གཅིག་གི་
དཔེར་བརྗོད་བཅས་བཞི། ༣ གཞུགས་ཅན་གྱི་རྒྱན་ཉི་ཤུ། ༤ གསལ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱན་
བཅུ་གཉིས། ༥བསྟོར་བའི་རྒྱན་གསུམ། ༦འགོག་པའི་རྒྱན་ཉེར་གསུམ། ༧ དོན་
གཞན་བཀོད་པའི་རྒྱན་བརྒྱད། ༨ རྟོག་ཅན་གྱི་རྒྱན་བཅུ། ༩ སྲིད་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན་
གསུམ། ༡༠ བསྡུས་པའི་རྒྱན་བཞི། ༡༡ སུལ་བྱང་གྱི་རྒྱན་བཞི། ༡༢ རབ་རྟོག་གི་རྒྱན་
དུག ༡༣ རྒྱ་ཡི་རྒྱན་བཅུ་དུག ༡༤ བྲ་མོའི་རྒྱན་གཉིས། ༡༥ ཆ་ཡི་རྒྱན་བཞི།
༡༦ རིམ་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན་གཅིག ༡༧ དགའ་བའི་རྒྱན་གཉིས། ༡༨ ཉམས་ལྡན་གྱི་

རྒྱན་བརྒྱད། ༡༦ གཟེ་བཟིང་ཅན་གྱི་རྒྱན་གཅིག ༡༧ རྩ་གངས་བཟོད་པའི་རྒྱན་གཅིག ༡༨ ཀྲན་པན་གྱི་རྒྱན་གཅིག ༡༩ རྩ་ཆེ་བའི་རྒྱན་གཉིས། ༢༠ བསྟོན་དོར་གྱི་རྒྱན་གསུམ། ༢༡ རྩུར་བའི་རྒྱན་དགུ། ༢༢ བྱང་པར་བཟོད་པའི་རྒྱན་བཞི། ༢༣ མཚུངས་སྟོར་གྱི་རྒྱན་གཉིས། ༢༤ འགལ་བའི་རྒྱན་ལྷ། ༢༥ རྩ་བས་མིན་བསྟོད་པའི་རྒྱན་གཅིག ༢༦ རྩ་བསྟོད་གྱི་རྒྱན་གསུམ། ༢༧ རེས་བསྟན་གྱི་རྒྱན་གཉིས། ༢༨ ལྷན་གཅིག་བཟོད་པའི་རྒྱན་གསུམ། ༢༩ ཡོངས་བཟིང་གྱི་རྒྱན་གཅིག ༣༠ རེས་བཟོད་གྱི་རྒྱན་གཅིག ༣༡ རབ་སྟེལ་གྱི་རྒྱན། ༣༢ དགོངས་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན་བཅས་སོ། །འདིར་དོན་རྒྱན་སོ་གསུམ་ཡན་ལ་ནང་གསེས་གྱི་དཔེར་བཟོད་ཉིས་བརྒྱ་དང་ལྷ་ཡོད།

༥ ལེའུ་གསུམ་པ་ལ་སྟེ་རྒྱན་དང་གཟེ་ཚིག་གི་རྒྱན་གཉིས་ཡོད་པ་ལས་དང་པོ་སྟེ་རྒྱན་ལ་རྩ་པ་གསུམ་སྟེ། དེ་ལ་ནང་གསེས་ཅ་བའི་དབྱེ་བ་རྩ་པ་གསུམ་ནི། བྱ་སྟེ་བ་ཐོག་མའི་བྱང་ལྷན་དང་། བྱ་དཀའི་རྩ་གངས་གཞན། དབྱངས་སོགས་རེས་པའི་བྱ་དཀའ་བའོ།

དང་པོ། བྱ་སྟེ་བའི་བར་མ་ཚོད་པའི་བྱང་ལྷན་ལ་དཔེར་བཟོད་བཅོ་ལྷ། བར་ཚོད་པའི་བྱང་ལྷན་བརྒྱ་གསུམ། ཚོད་ཅིང་མ་ཚོད་པའི་བྱང་ལྷན་ལ་གསུམ།

གཉིས་པ། བྱ་དཀའ་བ་གནས་གཞན་ལ་ཡོད་པའི་བྱང་ལྷན་ལ། རྒྱང་བཞིའི་དབྱས་ན་ཡོད་པའི་བྱང་ལྷན་ལ་གཉིས། རྒྱང་བཞིའི་མཐའ་ན་ཡོད་པའི་བྱང་ལྷན་ལ་གཉིས། རྒྱང་བཞིའི་བར་དང་མཐའ་ན་ཡོད་པའི་བྱང་ལྷན་ལ་གཉིས། རྒྱང་བཞིའི་ཐོག་མ་དང་བར་ན་ཡོད་པའི་བྱང་ལྷན་ལ་གཉིས། རྒྱང་བཞིའི་ཐོག་མཐའ་གཉིས་ལ་ཡོད་པའི་བྱང་ལྷན་ལ་གཉིས། རྒྱང་བཞིའི་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་གྱི་གནས་གསུམ་ཀ་ལ་ཡོད་པ་གཉིས་བཅས་བསྟོམས་པས་བརྒྱ་གཉིས། མཐའ་ཐོག་སྟུར་བའི་བྱང་ལྷན་གཅིག ཀྲན་ཏུ་བྱང་ལྷན་བརྒྱ་བཞི། བསྟེས་པའི་བྱང་ལྷན་གཅིག བསྟོག་པའི་བྱང་ལྷན་གསུམ་བཅས་བསྟོམས་པས་བརྒྱ་དགུ།

གསུམ། བྱ་དཀའ་བའི་བྱང་པར་གཞན་སྟོན་པ་ལ་བ་ལང་གཅིན་རིས། བྱང་ལའོར། ཀྲན་བཟང་ལའོར་ཡོད་པ་གསུམ། དབྱངས་རེས་པ་བཞི། རྩེ་གནས་

ངེས་པ་བཞི། གསལ་བྱེད་ངེས་པ་བཞི་བཅས་བསྟོམས་པས་བཅོ་ལྔ་སྟུན་ཀྱན་
བསྟོམས་པས་དོན་བཞི་ཡོད།

གཤམ་ཆོག་གི་རྒྱན། ཅིང་མོ་སོགས་ཀྱི་མདུན་སར་བཞད་གད་སྟོང་བའི་ཆེད་
དང་། གཤམ་ཆོག་ཤེས་པ་རྣམས་ནང་ཕན་ཚུན་གསང་གཏམ་ཆོག་ཏུ་སྟུང་བ་དང་།
རང་དང་མི་མཐུན་པའི་ཕ་རོལ་པོ་རྣམས། མགོ་བོ་སྟོངས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དུ་
གཤམ་བྱ་བཅོལ་སྟུང་ཆོགས་ལ། གཤམ་བྱེད་ཆོག་སྟུང་སྟུང་ཆོགས་སྟུང་ཏེ་སྟོན་པའི་རྒྱན་
ཞིག །གཤམ་ཆོག་གི་རྒྱན་རྣམ་པ་བཅུ་དྲུག་ནི། ༡ ཀྱན་ཏུ་ཆོགས་པའི་གཤམ་ཆོག་གི་
རྒྱན་དང་། ༢ སྟུང་བྱེད་ཀྱི་རྒྱན། ༣ རིམ་པ་བྲལ་བའི་རྒྱན། ༤ རབ་བཅོམ་ཀྱི་རྒྱན།
༥ མཐུན་གཟུགས་ཀྱི་རྒྱན། ༦ རྩལ་མོའི་རྒྱན། ༧ གངས་ཀྱི་རྒྱན། ༨ རབ་བཏགས་ཀྱི་
རྒྱན། ༩ མིང་དུ་འདུས་པའི་རྒྱན། ༡༠ བསྐྱིབས་པའི་རྒྱན། ༡༡ མཐུན་སྒྲིབ་རྒྱན།
༡༢ མོངས་པའི་རྒྱན། ༡༣ ཡོངས་སུ་འཕྲོག་པའི་རྒྱན། ༡༤ གཅིག་སྒྲིབ་ཀྱི་རྒྱན།
༡༥ གཉིས་ཀ་བསྐྱིབས་པའི་རྒྱན། ༡༦ ཡོངས་སུ་འདྲེས་པའི་གཤམ་ཆོག་གི་རྒྱན་ནོ། །

སྟན་ངག་གི་སྟོན་བཅུ་ ༡ དོན་ཉམས་པ་དང་། ༢ དོན་འགལ་བ། ༣ གདོན་
གཅིག་པ། ༤ བེ་ཆོམ་ཅན། ༥ རིམ་པ་ཉམས་པ། ༦ སྟུང་ཉམས་པ། ༧ གཅོད་མཆོམས་
ཉམས་པ། ༨ རྩལ་སྟུང་ཉམས་པ། ༩ མཆོམས་སྟུང་ཉམས་པ། ༡༠ དུལ་དུས་སོགས་
དང་འགལ་བ་ལ་ནང་གསེས་བཅས་དྲུག་ཡོད་པ་བསྟོམས་པས་བཅོ་ལྔ་ཡོད་དོ། །

དེ་ལྟར་སྟན་ངག་མེ་མོང་མའི་ལེའུ་གསུམ་གྱི་དཔེར་བཅོལ་ཀྱན་བསྟོམས་པས་
སུམ་བརྒྱ་སོ་བརྒྱད་ཡོད་འདུག་ཅིང་། དཔེར་བཅོལ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལེགས་
པར་བྱང་ན། ད་གཞོད་རྒྱན་གྱི་སྟོན་གིས་མ་བཅིངས་པའི་སྟན་ངག་ཆེན་མོའི་ཆོག་
བཅད་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ཚོམ་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆོད་དང་ལུན་ཐུབ་པ་ཞིག་རེད། །

ལ་བཅད་ལྔ་པ། སེམས་ཁམས་རིག་པའི་སྟོན་བཤད་པ།

གནའ་པོའི་པོད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་རིག་པའི་ནང་དུ་སེམས་ཁམས་ལ་ཞིབ་འཇུག་
ཞིབ་ཅིང་སྟུང་བར་བྱས་པའི་མཇུག་བསྟོམ་ལྟ་དུ་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གི་རིག་པ་
ནི། པོད་ལྔ་རབས་པ་རྣམས་ཆོད་མ་ལ་མངོན་རྟེན་གཉིས་དང་། ཆོད་མིན་ལ་སྟོ་
རིགས་ལྔ་སྟེ་བསྟོམས་པས་སྟོ་རིག་བདུན་དུ་དབྱེ་བ་ནི་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་

དང་མི་མཐུན་པའི་ཚུལ། ལྷང་རིགས་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོན་ས་བཀག་གནང་མཛད་ཡོད་པ་རེད། ས་པའ་ཀྱི་ལྷགས་ལ།

༡ ཚད་མིན་གྱི་མཚན་ཉིད། ཤེས་པ་གང་ལ་མི་བསྐྱུ་བ་མ་གྱུ་བ་ཚད་མིན་གྱི་ཤེས་པའི་མཚན་ཉིད།

༢ མ་རྟོགས་པའི་མཚན་ཉིད་ནི། དེ་དང་དེ་མིན་འཛིན་པས་སྟོང་པའི་སྟོ་དེ་མ་རྟོགས་པའི་མཚན་ཉིད།

༣ ལྷག་རྟོག་གི་མཚན་ཉིད་ནི། དེ་འཛིན་པ་ལ་དེ་མིན་གྱིས་གནོད་པ་ཅན་གྱི་སྟོ་དེ་ལྷག་རྟོག་གི་མཚན་ཉིད།

༤ ཐེ་ཚོམ་གྱི་མཚན་ཉིད་ནི། དེ་འཛིན་ན་ཡང་དེ་མིན་གྱིད་པར་འཛིན་པའི་སྟོ་དེ་ཐེ་ཚོམ་གྱི་མཚན་ཉིད།

༥ རྟོག་བཅས་དང་རྟོག་མེད་ཀྱི་སྟོ། རྟོག་བཅས་སྟོའི་མཚན་ཉིད་ནི།

རང་གི་སྤང་ཡུལ་ཡིན་ན་སྟོ་མཚན་ཡིན་པ་རྟོག་བཅས་སྟོའི་མཚན་ཉིད།

༦ རྟོག་མེད་སྟོའི་མཚན་ཉིད་ནི། རང་གི་སྤང་ཡུལ་ཡིན་ན་རང་མཚན་ཡིན་པ་རྟོག་མེད་སྟོའི་མཚན་ཉིད།

༧ འབྲུལ་ཤེས་དང་མ་འབྲུལ་པའི་ཤེས་པ། འབྲུལ་ཤེས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ནི། དེ་མ་ཡིན་པ་ལ་དེར་འཛིན་གྱི་ཤེས་པ་འབྲུལ་ཤེས་ཀྱི་མཚན་ཉིད།

༨ མ་འབྲུལ་བའི་ཤེས་པའི་མཚན་ཉིད། ཡུལ་གྱི་གནས་ལྷགས་རིག་པའི་ཤེས་པ་མ་འབྲུལ་བའི་ཤེས་པའི་མཚན་ཉིད།

༩ རང་རིག་དང་གཞན་རིག་རང་རིག་གི་མཚན་ཉིད། འཛིན་ཅམ་རང་རིག་གི་མཚན་ཉིད།

༡༠ གཞན་རིག་གི་མཚན་ཉིད། གཟུང་ཅམ་གཞན་རིག་གི་མཚན་ཉིད།

[[སེམས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་བཤད་པ]]

སེམས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ནི། རྟོན་གྱི་རོ་བོ་རང་སྟོབས་གྱིས་མཐོང་བའི་ཆ་ནས་བཞག་པའི་རིག་པ་དེ་སེམས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན། མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་། རྣ་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ། སྤྲི་རྣམ་པར་ཤེས་པ། ལྷའི་རྣམ་

པར་ཤེས་པ། ལུས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ། ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་དྲུག་
ཡིད་པ་རེད།

༡ རང་གི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་ཁྱེན་མིག་དབང་ལ་བརྟེན་ནས་རང་ལུས་
གཟུགས་ཀྱི་སྒྲེམ་ཆེད་རང་སྟོབས་ཀྱིས་མཐོང་བའི་རིག་པ་དེ་མིག་གི་རྣམ་པར་
ཤེས་པའི་མཆོན་ཉིད།

༢ རང་གི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་ཁྱེན་ན་དབང་ལ་བརྟེན་ནས་རང་ལུས་
སྒྲེམ་སྒྲེམ་ཆེད་རང་སྟོབས་ཀྱིས་ཐོས་པའི་རིག་པ་དེ་ན་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་
མཆོན་ཉིད།

༣ རང་གི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་ཁྱེན་སྒྲ་དབང་ལ་བརྟེན་ནས་རང་ལུས་
དྲིའི་སྒྲེམ་ཆེད་རང་སྟོབས་ཀྱིས་སྤྱང་བའི་རིག་པ་དེ་སྤྱའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་
མཆོན་ཉིད།

༤ རང་གི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་ཁྱེན་སྒྲེ་དབང་ལ་བརྟེན་ནས་རང་ལུས་
རྩའི་རོ་བོ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་སྤྱང་བའི་རིག་པ་དེ་སྒྲེའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད།

༥ རང་གི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་ཁྱེན་ལུས་དབང་ལ་བརྟེན་ནས་རང་
ལུས་རིག་བྱའི་རོ་བོ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་སྤྱང་བའི་རིག་པ་དེ་ལུས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་
པའི་མཆོན་ཉིད།

༦ རང་གི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་ཁྱེན་ཡིད་དབང་ལ་བརྟེན་ནས་རང་
ལུས་དོན་གྱི་རོ་བོ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་འཛིན་པའི་རིག་པ་དེ་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་
པའི་མཆོན་ཉིད།

སེམས་བྱུང་ལ་དབྱེ་ན་ལྷ་བརྩ་ཙུ་གཅིག་སྟེ། དེ་ཡང་ཀུན་འགོ་ལྷ། ལུས་ངེས་
ལྷ། ཙུ་གཅིག་དྲུག་། ཉེ་ཉོན་ཉི་ཤུ། དགེ་བའི་སེམས་བྱུང་བརྩ་གཅིག་། ཀུན་
འགྱུར་བཞི་བཅས་སོ། །དོན་གྱི་རྣམ་པ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་མཐོང་བའི་ཆ་ནས་བཞག་
པའི་རིག་པ་དེ་སེམས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད།

[[ཀུན་འགོ་ལྷ]]

༡ རང་ལུས་རང་སྟོབས་ཀྱིས་ཉམས་སུ་སྤྱང་བའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་

ཚོར་བའི་མཆན་ཉིད།

༡ རང་ཡུལ་གྱི་བྱ་མོང་མ་ཡིན་པའི་མཆན་མ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་འབྱེད་པའི་རྣམ་
པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་འདྲ་ཤེས་ཀྱི་མཆན་ཉིད།

༢ རང་ཡུལ་ལ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་གཡོ་ཞིང་ཡུལ་དེ་ཡིད་ལ་འཇགས་པར་བྱེད་པའི་
རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་སེམས་པའི་མཆན་ཉིད།

༣ ཡུལ་དབང་སེམས་གསུམ་འདུས་ནས་ཡུལ་ལ་འཕྲད་ཅིང་རང་ཡུལ་རང་
སྟོབས་ཀྱིས་དཔྱེད་པར་བྱེད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཀྱན་འགྲོ་ལྡེལ་ས་
རིག་པའི་མཆན་ཉིད།

༤ རང་ཡུལ་ལ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་འཇུག་ཅིང་གཏོད་པར་བྱེད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་
སེམས་བྱུང་དེ་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་མཆན་ཉིད།

[[ཡུལ་ངེས་ལྡ]]

༡ བྱེད་ལས་རང་འབྲས་བཙོན་འགྲུས་ཀྱི་རྟེན་བྱེད་ཅིང་། རང་ཡུལ་བསམ་པའི་
དངོས་པོ་ལ་དམིགས་ནས་རང་སྟོབས་དོན་དུ་གཉེར་བའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་
བྱུང་དེ་འདྲན་པའི་མཆན་ཉིད།

༢ བྱེད་ལས་རང་གི་བཟུང་ཡུལ་ལས་སེམས་མི་འཕྲོག་པར་བྱེད་ཅིང་། ངེས་ཟིན་
པའི་རང་ཡུལ་ལ་དམིགས་ནས་རང་སྟོབས་ཀྱིས་དེ་ཁོ་ན་ཡིན་པར་མཐའ་གཅིག་
དུ་འཛིན་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་མོས་པའི་མཆན་ཉིད།

༣ བྱེད་ལས་སེམས་མི་གཡེང་པར་བྱེད་ཅིང་། རང་ཡུལ་འདྲིས་པའི་དངོས་པོ་ལ་
དམིགས་ནས་རང་སྟོབས་ཀྱིས་མི་བརྟེན་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་དྲན་
པའི་མཆན་ཉིད།

༤ བྱེད་ལས་རང་འབྲས་ཤེས་རབ་བསྐྱེད་ཅིང་། རང་ཡུལ་བཏགས་པའི་དངོས་
པོ་ལ་དམིགས་ནས་རང་སྟོབས་ཀྱིས་ཅེ་གཅིག་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་
ཉིང་ངེ་འཛིན་ཀྱི་མཆན་ཉིད།

༥ བྱེད་ལས་ཐེ་ཚོམ་ལྡོག་པར་བྱེད་ཅིང་། རང་ཡུལ་བཏགས་པར་བྱ་བའི་དངོས་
པོ་ལ་དམིགས་ནས་རང་སྟོབས་ཀྱིས་བླང་དོར་བྱེད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་

བྱང་སེམས་བྱང་དེ་ཤེས་རབ་ཀྱི་མཚན་ཉིད།

[[ཙ་ཉོན་རྩལ]]

༡ ཡིད་རྩ་འོང་བའི་དངོས་པོ་ལ་དམིགས་ནས། དུལ་དེ་ལ་རྗེས་སུ་ཆགས་ཤིང་
འབྲལ་དཀའ་བའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱང་དེ་འདྲོད་ཆགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད།

༢ རྩལ་བསྐལ་གྱི་གནས་ཀྱི་ཆོས་ལ་དམིགས་ནས་ཀྱན་ནས་མནར་སེམས་པའི་རྣམ་
པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱང་དེ་ཁོང་ཁྱོད་མཚན་ཉིད།

༣ རྩལ་གྱི་ཆོས་གང་རུང་ལ་དམིགས་ནས། སེམས་ཁེངས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་
སེམས་བྱང་དེ་ར་རྒྱལ་གྱི་མཚན་ཉིད།

༤ ཆོས་གང་རུང་ལ་དམིགས་ནས། མ་རྟོག་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱང་དེ་
མ་རིག་པའི་མཚན་ཉིད།

༥ ཆོས་གང་རུང་ལ་དམིགས་ནས། རོག་པར་རྟོག་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་
བྱང་དེ་ཙ་ཉོན་རྩལ་གྱི་མཚན་ཉིད།

༦ བདེན་དོན་ཞིག་ལ་དམིགས་ནས། ཡིད་གཉིས་བཟུང་བའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་
བྱང་དེ་ཐེ་ཚོམ་གྱི་མཚན་ཉིད།

[[ཉེ་ཉོན་ཉི་ཤུ]]

༡ ཉེ་བར་གནས་པ་ལ་དམིགས་ནས་རྣམ་པ་རྟོག་པ་སོགས་བྱ་བར་འདྲོད་པའི་
སེམས་བྱང་དེ་ཁོང་ཁྱོད་མཚན་ཉིད། ཁོང་ཁྱོད་ཁོང་ཁྱོད་མི་འདྲ་སྟེ། ཁོང་ཁོང་
ཞེས་པའི་ཁོང་ཁྱོད་པའི་ཡུལ་མི་གནས་ཀྱང་། སེམས་ལ་ཤར་བ་ཅན་གྱིས་མི་བཟོད་
པར་ཁོང་ནས་འབྲུངས་པའི་མེ་འབར་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་ལ། ཁོང་ཁྱོད་ཀྱི་ ཁོང་ཁྱོད་གཞི་
ཉེ་བར་གནས་པ་ན་རྟོག་པ་སོགས་བྱེད་པར་འདྲོད་པ། མེ་ལ་མར་སྒྲུག་པ་ན་
མེ་ལྷེ་འབར་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། ཞེས་ཤེས་བྱའི་རྣམ་གྲངས་སྟོགས་ལ་རིག་སྟོང་ལས་
གསུངས།

༢ ཁོང་ཁྱོད་གཞི་ལ་དམིགས་ནས་ཁོང་ཁྱོད་རྒྱན་མི་གཏོང་ཞིང་། གཞོད་པ་དང་
གཞོད་ལན་བྱ་བར་འདྲོད་པའི་སེམས་བྱང་དེ་འཁོར་འཛིན་གྱི་མཚན་ཉིད།

༣ གནས་ཀྱི་རྒྱན་དང་མི་དགེ་བ་ལ་དམིགས་ནས། གསང་ཞིང་སྟེད་པར་

འདོད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་འཆབ་པའི་མཚན་ཉིད།

༤ ཁྱོ་བའི་གཞི་ལ་དམིགས་ཤིང་རྣམ་པ་ཀླན་ས་མནར་སེམས་པའི་སེམས་བྱུང་དེ་འཆོག་པའི་མཚན་ཉིད།

༥ གཞན་གྱི་སྤྱན་ཚྭ་གས་ལ་དམིགས་ནས་མི་བཟོད་ཅིང་སེམས་ཁོང་ནས་འབྲུགས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་སྤྲལ་དོག་གི་མཚན་ཉིད།

༦ ཡོ་བྱད་སོགས་ལ་དམིགས་ནས་དམ་དུ་འཛིན་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་སེར་སྒྲའི་མཚན་ཉིད།

༧ རྟེན་བཀྲར་ལ་ཆགས་པའི་དབང་གིས་ཡོན་ཏན་གྱི་བྱད་པར་ཅི་རིགས་ལ་དམིགས་ནས་རང་ལ་མེད་ཀྱང་ཡོད་པ་ལྟར་སྟོན་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་སྒྲའི་མཚན་ཉིད།

༨ རང་གི་ཉེས་པ་གཞན་ལ་མི་མངོན་པར་སྤྲོ་བའི་ཐབས་འཆོལ་བའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་གཡའི་མཚན་ཉིད། འཆབ་པ་དང་འདི་གཉིས་མི་འདྲ་སྟེ། འཆབ་པ་ནི་སྤྲོ་བའི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་ལ། གཡའི་ཐབས་འཆོལ་བའི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་ནོ། ཞེས་སྟོ་གསལ་རིག་སྟོ་ལས་གསུངས།

༩ སྤྱན་སྤྲུམ་ཚྭ་གས་པའི་བྱད་པར་གང་རུང་ལ་དམིགས་ནས་ཡིད་དགའ་ཞིང་བདེ་བས་སེམས་ཁོངས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་རྒྱགས་པའི་མཚན་ཉིད།

ང་རྒྱལ་དང་མི་འདྲ་སྟེ། འདི་ནི་སེམས་དགའ་བདེ་ཙམ་གྱིས་ཁོངས་པ་ཡིན་ནོ། ཞེས་སྟོ་གསལ་རིག་སྟོ་ལས་གསུངས།

༡༠ སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་ནས་སྟིང་བཅི་བ་མེད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་རྣམ་པར་འཆོར་བའི་མཚན་ཉིད།

༡༡ ཉེས་སྦྱོད་ལ་དམིགས་ནས། རང་ཉིད་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱེད་པའམ་ལེགས་སྦྱོད་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ཀྱང་འཛོམ་པ་མེད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་དོ་ཆ་མེད་པའི་མཚན་ཉིད།

༡༢ ཉེས་སྦྱོད་ལ་དམིགས་ནས་གཞན་དོན་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ཏེ་འཛོམ་པ་མེད་པའི་སེམས་བྱུང་དེ་བྲེལ་མེད་པའི་མཚན་ཉིད།

- ༡༣ དམིགས་པ་གང་ལ་རྣམ་པ་རི་ལྟར་བཟུང་ཡང་ལུས་སེམས་སྤྱི་ཞིང་ལས་སྤྱི་
 རུང་བར་ཉོག་ཉོག་པོའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱང་དེ་ཐུགས་པའི་མཆན་ཉིད།
- ༡༤ འདོད་ཡོན་སོགས་སྤྱད་པའི་མཆན་མ་ལ་དམིགས་ནས་སེམས་མ་ཞི་བར་སྤྱི་
 ལ་འཕྲོ་བའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱང་དེ་ཚོད་པའི་མཆན་ཉིད། འཕྲོ་བ་དང་
 ཚོད་པ་གཉིས་མི་འདྲ་སྟེ། འཕྲོ་བ་ནི་སེམས་འཕྲོ་བ་ཙམ་ཡིན་ལ། ཚོད་པ་ནི་
 འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཆར་གཏོགས་སོ། ཞེས་སྟོགས་ལ་རིགས་སྟོ་ལས་གསུངས།
- ༡༥ མཐུན་པའི་རྒྱ་ལས་འབྲས་བུ་འབྱུང་བ་དང་དངོས་པོ་དང་གང་ཟག་གི་ཡོན་
 ཏན་སོགས་ལ་དམིགས་ནས་ཡིད་མི་ཆེས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱང་དེ་མ་
 དད་པའི་མཆན་ཉིད།
- ༡༦ ཡུལ་དགེ་ཞིང་ལེགས་པའི་དངོས་པོ་དང་བྱ་བ་གང་ལ་དམིགས་ཀྱང་སེམས་
 མི་སྟོ་བའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱང་དེ་ལེ་ལོའི་མཆན་ཉིད།
- ༡༧ སེམས་དགེ་ཞིང་ལེགས་པའི་དམིགས་པ་ལ་འཇུག་པའི་ཆོ་མི་མཐུན་སྟོགས་
 ལས་སེམས་མི་བསྐྱུང་ཞིང་མི་འབད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱང་དེ་བག་མེད་
 པའི་མཆན་ཉིད།
- ༡༨ ཉོན་མོངས་ཀྱི་གཞི་གང་རུང་ལ་དམིགས་ནས་སེམས་མི་གསལ་བར་གྱུར་ཏེ།
 བརྟེན་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱང་དེ་བརྟེན་ངེས་ཀྱི་མཆན་ཉིད།
- ༡༩ སྟོགས་པ་གྱི་སྟོན་པ་ལ་དམིགས་ནས་མི་ཤེས་བཞིན་དུ་འཇུག་པའི་རྣམ་པ་
 ཅན་གྱིས་སེམས་བྱང་དེ་ཤེས་བཞིན་མ་ཡིན་པའི་མཆན་ཉིད།
- ༢༠ སེམས་དམིགས་པ་གང་ལ་དམིགས་ཀྱང་རྣམ་པར་འཕྲོ་ཞིང་གཡེང་བའི་རྣམ་
 པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱང་དེ་རྣམ་གཡེང་གི་མཆན་ཉིད། ཚོད་པ་དང་རྣམ་གཡེང་མི་
 འདྲ་སྟེ། ཚོད་པ་ནི་ཡུལ་ཡིད་དུ་འོང་བ་ལ་འཕྲོ་ཞིང་འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཆར་
 གཏོགས་ཡིན་ལ། གཡེང་བ་ནི་ཡུལ་སྤྱོད་ཆོགས་ལ་འཕྲོ་ཞིང་འདོད་ཆགས་ཁོ་ནའི་
 ཆར་གཏོགས་ཡིན་པའི་ངེས་པ་མེད། ཅེས་སྟོགས་ལ་རིག་སྟོ་ལས་གསུངས།

[[དགེ་བའི་སེམས་བྱང་བརྒྱ་གཅིག]]

- ༡ དད་པའི་ཡུལ་གསུམ་གང་རུང་ལ་དམིགས་ནས་ཡིད་ཆེས་ཤིང་དང་བ་

འདྲིན་པའི་སེམས་བྱུང་དེ་དང་པའི་མཆོན་ཉིད།

༡ རང་ཉིད་རྒྱ་མཆོན་དུ་བྱས་ནས། ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ལས་འདྲེས་པའི་སེམས་བྱུང་
དེ་དོ་ཆ་ཤེས་པའི་མཆོན་ཉིད།

༢ གཞན་དང་ལེགས་སྦྱོད་རྒྱ་མཆོན་དུ་བྱས་ཏེ་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ལ་འདྲེས་པའི་
སེམས་བྱུང་དེ་ཁྲེལ་ཡོད་པའི་མཆོན་ཉིད།

༣ སྲིད་པའི་ཡོ་བྱད་སོགས་ལ་དམིགས་ནས་མ་ཆགས་ཤིང་མི་ལེན་པའི་རྣམ་པ་
ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ། འདོད་ཆགས་མེད་པའི་མཆོན་ཉིད།

༤ རང་ཡུལ་ལ་དམིགས་ནས་ཀྱན་ནས་མནར་མེད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་
བྱུང་དེ་ཞེ་སྤང་མེད་པའི་མཆོན་ཉིད།

༥ མ་རིག་པའི་གཉེན་པོ་བྱེད་ཅིང་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་བརྟན་པ་དང་
བཅས་པའི་སེམས་བྱུང་དེ་གཏི་མུག་མེད་པའི་མཆོན་ཉིད།

༦ དགེ་བའི་སྒྲགས་ལ་སེམས་སྦྱོ་བར་བྱེད་པའི་སེམས་བྱུང་དེ་བཙོན་འགྲུས་གྱི་
མཆོན་ཉིད།

༧ སེམས་དགེ་བ་ལ་དམིགས་པ་ཇི་འདོད་དུ་གཏོད་ཅིང་ལུས་སེམས་གྱི་གནས་
ངན་ལེན་རྒྱུན་གཙོད་པར་བྱེད་པའི་སེམས་བྱུང་དེ་ཤིན་ཏུ་ལྷུངས་གྱི་མཆོན་ཉིད།

༨ བྱ་སྦྱོད་ངན་པ་ལས་ལྷོག་པའི་སེམས་པ་དེ་བརྟན་པོར་སྤང་བར་བྱེད་པའི་
སེམས་བྱུང་དེ་བག་ཡོད་གྱི་མཆོན་ཉིད།

༩ ལུས་དང་སེམས་ལ་གཞོད་པར་བྱེད་པ་མེད་པས་འབྲལ་འདོད་དང་འཕྲོད་
འདོད་གཉིས་ཀ་མེད་པའི་སེམས་བྱུང་། སེམས་བྱུང་བཏང་སྟོམས་གྱི་མཆོན་ཉིད།

༡༠ ལྷུག་བསྐལ་ཅན་ལ་དམིགས་ནས་མི་བཟོད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་
རྣམ་པར་མི་འཆོར་བའི་མཆོན་ཉིད།

[[གཞན་འགྱུར་བཞི]]

༡ སེམས་གྱི་འཇུག་པ་རང་དབང་མེད་པར་ནང་དུ་སྦྱུད་པར་བྱེད་པའི་སེམས་བྱུང་
དེ་གཉིད་གྱི་མཆོན་ཉིད།

༢ བྱ་བ་ལ་དམིགས་ནས་མི་འདོད་བཞིན་དུ་ཡིད་ལ་བཅགས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་

གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་འགྲོད་པའི་མཚན་ཉིད།

༡ ཤེས་རབ་གྱི་ཡུལ་ལ་དམིགས་ནས་རག་པའི་རྣམ་པས་འཇུག་པར་བྱེད་པའི་
སེམས་བྱུང་དེ། གཞན་འགྱུར་བཞིའི་ནང་གི་རྟོག་པའི་མཚན་ཉིད།

༢ ཤེས་རབ་གྱི་ཡུལ་ལ་དམིགས་ནས་ཞིབ་ཏུ་དཔྱད་པའི་རྣམ་པས་འཇུག་པའི་
སེམས་བྱུང་དེ་དཔྱད་པའི་མཚན་ཉིད།

དེ་ལྟར་ཡུལ་ཤེས་པར་བྱེད་པའི་སྒོ་དང་སེམས་ལ་ནང་གསེས་གྱི་སྒོ་ཡུལ་ལ་
འཇུག་ཚུལ་དང་། ཡུལ་འཛིན་སྒྲུངས་མི་འདྲ་བའི་དབང་གིས་སེམས་ལ། སེམས་
དང་སེམས་བྱུང་གི་དབྱེ་བ་མང་པོ་འདི་ལྟ་བུ་ནི་རང་རེ་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ལས་
ཡུལ་གཞན་ལ་མཐོང་བ་དཀའ་བའི་རིག་གནས་ཤིག་ཡིན།

སྤྱི་ཚུལ་སྒྲིགས་སུ་རྟེན་རབས་མང་པོའི་རིང་ལ་ཚན་རིག་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པའི་
དབང་གིས་དེར་རྟེན་སྤྱི་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་དང་། རྟེན་པ་སྤྱི་རགས་རྣམས་
ཞིབ་ཏུ་རྟོགས་ཅིང་ངོ་མཚར་བའི་འབྲས་བུ་མང་པོ་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་ཀྱང་། ནང་
སེམས་ཀྱི་གནས་ལུགས་དང་བྱེད་ལས་བརྟག་དཔྱད་ཞིབ་སྤྲོ་མ་བྱས་པའི་སྤྱི་གྱིས་
དེར་རྟེན་སེམས་ཁམས་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ནང་རྟེན་པ་ལྟ་བུའི་སེམས་ཀྱི་
གནས་ལུགས་དང་། རྣམ་པ་ཞིབ་སྤྲོ་བའི་དབྱེ་བ་བཤད་སྒྲིལ་མི་འདུག །

ས་བཅད་བྱུག་པ། འབྱུང་ཆིས་དང་གནམ་རིག་སྐར་ཆིས།

གནམ་རིག་སྐར་ཆིས། རྩལ་སྤྲན་རིག་པ་བཤད་པ། བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ལས།
ཆིས་རིག་པ་ཞེས་པ་ནི་གངས་ཆིས་གཅིག་སུར་མ་ཡིན་པ། རྩལ་སྤྲན་རྣམས་ཀྱི་
རིགས་དང་། རྟེན་པའི་བྱེད་ལས་སྟོན་པའི་འབྱུང་ཆིས་དང་། གནམ་དཔྱད་
སྐར་ཆིས་རིག་པ། གངས་ཀྱི་རིག་པ་སོགས་རིག་གཞུང་མང་པོ་ཞིག་གི་སྤྱི་མིང་ལྟ་
བུ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལས་འབྱུང་ཆིས་ནི་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ལས་ཆེས་
གནའ་པོའི་རིག་གནས་རྒྱུ་ཤིང་ཤིས་ཤིག་ཡིན་ལ། གནའ་པོའི་རང་བྱུང་ཚན་རིག་
གི་མང་གཞི་ལྟ་བུའི་རིག་གནས་ཤིག་ཡིན། བོད་ཀྱི་འབྱུང་ཆིས་སོག་མར་བྱུང་
ཚུལ་ནི། 《བེ་དཀར་》དུ་བཞུས་པའི་གནའ་པོའི་ཆིས་རྒྱུ་ལས། འགྲོ་བ་མིའི་
རིགས་བྱུང་ནས་རྟེན་རབས་མང་པོ་ཞིག་འདས་པའི་རྗེས་སུ། མི་རྣམས་རིམ་

བཞིན་ཉོན་མོངས་རི་ཆེར་ཕྱིན་པ་དང་དཔུ་ཚོད་ཀྱི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་དོན་དུ་
 དྲང་སྲོང་ཡོད་པོ་ཞེས་པ་ཞིག་འཛམ་གྱི་སྤྱིང་འདྲིར་བྱོན་ནས། འཛིག་རྟེན་སྤྱིང་
 པ་འདི་ཉིད་ཆགས་ཚུལ་དང་། ཅིས་གཞི་རྒྱས་སྤྱོད་ཀྱི་གཟུགས་སུ་བཀོད་ཅིང་།
 དེ་ལ་སྤྱིང་པའི་བདེ་ལྷན་སྤྱོད་ཆོགས་པ་འདི་དག་འཕོ་འཁྱུར་དང་། འཕེལ་འགྲིབ་
 སྤྱོད་ཆོགས་མཚོན་བྱེད་དུ། ལོ་ལྔ་ཞག་རྒྱས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་བསྟན་པའི་གཙུག་ལག་
 ཅིས་ཀྱི་རིག་པ་འདི་ཉིད་བསྟན་པར་བཤད། དྲང་སྲོང་ཡོད་པོས་གཙུག་ལག་ཅིས་
 རིག་གསུངས་ནས་ཡུན་རིང་པོར་ལོན་པའི་རྗེས་སུ། ཅིས་ཀྱི་སློབ་དཔོན་ས་བདག་
 བཀ་པོ་ཞེས་པ་ཞིག་བྱོན་ནས། དེས་སྤར་ཁ་བརྒྱད། སྤེ་བ་དགུ། ལོ་སྤྱིར་བརྒྱ་
 གཉིས་སོགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་བསྟན་ཅིང་། ཁོང་རང་ཉིད་འཁྱུངས་པའི་ལོ་དེ་རྟ་
 ལོ་ཡིན་པའི་དཔེར་བཀོད། སྤབས་དེར་ཡི་གེ་མེད་པས་ལོ་ལྔ་སྤར་སྤེ་རྣམས་ངོས་
 འཛིན་བྱེད་ཡས་ལ་རྟེན་དཀར་ནག་གི་གྲངས་བཀོད་ནས་ངོས་འཛིན་སློབ་དང་།
 དེ་ནས་གབ་ཅེ་གཉིས་པའི་ལྷགས་ཡོས་ལོ་སྤྱི་ལོ་སྤེ་སྤེ་ཀྱི་༡༡༡༡ལོར། རྒྱལ་བུ་ཤི་
 ཁ་ཐེན་ཅེ་ཞེས་པས། གཙུག་ལག་ཅིས་ཀྱི་རིགས་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱལ་ཁྲིམས་
 བཅོས་ཤིང་སྤེ་འབངས་བསྐྱུངས་པས་ཡུལ་ཁམས་བདེ་ཁིང་སྤྱིད་པར་བྱུང་། དེ་
 རྗེས་ཤིང་སྤེ་ལོ་སྤེ་སྤེ་ཀྱི་༡༡༡༡ལོར་ཅིས་ཀྱི་སློབ་དཔོན་ས་བདག་རྒྱུང་
 རྒྱལ་འཁྱུངས། དེ་ལ་དྲང་སྲོང་སྤེ་པོས་གཙུག་ལག་ཅིས་རིག་ལུས། ལོ་ལྔ་སྤར་
 སྤེ་སོགས་མཚོན་བྱེད་དུ། འཁྱུང་བ་ལཱའི་ཁ་མདོག་བཞིན་རྟེན་གྲངས་བཀོད་སློབ་
 བྱུང་། གབ་ཅེ་དང་པོའི་ཤིང་བྱི་སྤེ་ལོ་སྤེ་སྤེ་ཀྱི་༡༡༡༡ལོར་ཅིས་ཀྱི་སློབ་དཔོན་རྟེན་
 ཀོང་འཕུལ་རྒྱུང་འཁྱུངས། དེས་འཁྱུང་བ་མ་བུ་དག་ཕྱོགས་སོགས་བསྟན་ཅིང་།
 གསོ་བ་རིག་པའི་གཞུང་ཅིས་གཞུང་འབྲེལ་ནས་བརྟག་ཐབས་སོགས་བསྟན། གབ་
 ཅེ་དང་པོའི་ཤིང་བྱི་སྤེ་ལོ་སྤེ་སྤེ་ཀྱི་༡༡༡༡ལོར་ཀོང་ཅེ་འཕུལ་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་འཁྱུངས།
 དེས་གཙུག་ལག་ཅིས་ཀྱི་རིག་པ་ལ་བརྟེན་ནས། གཏོ་དབྱུང་སྤེ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་
 གསུངས་ཤིང་དེ་དག་འཕུལ་ཀྱི་ཡི་གེར་བཀོད་པས། གཏོ་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྱོད་པམ་དུ་
 མར་བསྐྱུན། དེང་གི་རྒྱས་སུའང་བོད་ཀྱི་བྱུང་མཐའ་སོ་སོའི་ནང་དུ་ཀོང་ཅེའི་གཏོ་
 ཆོག་རྣམས་བཅད་སྤྱོད་བྱ་ཁིང་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནས་སྤེ་ལོ་སྤེ་སྤེ་ཀྱི་དུས་རབས་

གསུམ་པའི་མཆུག་ཙམ་ན་རྒྱལ་པོ་གཉའ་བྲི་བཅན་པོ་བྱོན་པའི་སྐབས་སུ། སྒྲོ་ར་
 ཤེས་ཅིས་མཁན་ཞེས་པ། བོན་གྱི་འདུ་གནས་ཁག་ན་འབྱུང་བ་སྤར་སྒྲེའི་སྒྲོ་ར་འགོ་
 བཙེ་མཁན་དང་། འབྱུང་བ་སྤར་སྒྲེའི་ལོ་ཐོ་ཅིས་ནས་ལོ་ཟླ་ཞག་རྩ་བརྟགས་པ་
 མ་ཟད། རྣམ་མཁའི་རྒྱ་སྤར་དང་། བར་སྤར་གི་རྒྱང་དང་རྒྱན་པ། ས་གཞི་ན་
 བྱ་བྱུང་དང་། ཉི་མེག་སོགས་རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་འགྱུར་བ་ལ་བརྟགས་ནས་རྩ་
 རྒྱུ་ལོ་ལ་འཛིན་དང་། ཆར་ཞོད། གངས་རྒྱང་། རྒྱུ་མཐོན་སོགས་བརྟགས་
 སྒྲོལ་བྱུང་ཡོད། དེ་ནས་སྒྱི་ལོ་༡༠༩༧ལོར་དཔལ་རྩ་གྱི་འཁོར་ལོའི་གཞུང་པོད་
 སྤར་རྩ་བརྒྱར་བ་དང་། པོད་གྱི་ལོ་ཐོ་ལ་ཉི་ཟླ་གཟའ་སྤར་གྱི་འགོས་རྣམས་རྩ་
 འཁོར་གྱི་ལྷགས་ལྟར་དང་། འབྱུང་ཁམས་འཕྲོད་སྒྲོར་རྣམས་འབྱུང་ཅིས་ལྟར་
 བཀོད་པའི་རྩ་འཁོར་དང་། འབྱུང་ཅིས་བསྐྱེད་པའི་ཅིས་ལྷགས་སྒྲོལ་འདྲི་དང་།
 དེ་རྗེས་མཚུར་སྤུ་འབྲས་དབྱངས་ཆེན་མོའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས། ལོ་ཐོ་བཙོ་
 མཁན་རྣམས་ལ་མཚུར་ལྷགས་དང་། སྤག་པ་ལྷན་གྱུ་བ་རྒྱ་མཚོའི་རྗེས་འབྲངས་
 པ་རྣམས་ལ་སྤག་ལྷགས་ཞེས་པའི་ལྷགས་སྒྲོལ་གཉིས་བྱུང་བ་རེད།

འབྱུང་ཅིས་ཀྱི་ནང་དོན་གཙོ་བོ་ནི། བཙེ་བྱ་འཛིག་རྟེན་སྲིད་པ་འདི་ཉིད་
 རྩ་སྤུལ་གྱི་གཟུགས་སུ་བཀོད་ཅིང་། བཙེ་བྱེད་སྤར་ཁ་བརྒྱད། སྒྲེ་བ་དགྲ།
 ལོ་སྒྲོ་བརྩུ་གཉིས་ལ་སོགས་པའི་སྲིད་པའི་འཕོ་འགྱུར་དང་འཕེལ་འགྲིབ་རྣམས།
 བཙེ་ཐབས་འབྱུང་བ་བཞི་ལྟ་ལྟ་དང་རྒྱར་ནས། སྒྱི་ལྟོད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་ལ་འབྱུང་
 བ་བཞིའི་ཁམས་འཕྲོད་སྒྲོར་མི་འདྲ་བའི་དབང་གིས། རྩ་བཞིའི་འགྱུར་བ་དང་།
 ཉིན་རེའི་གནམ་གཤིས་འགྱུར་བ་ཡོང་ཚུལ་དང་། རང་སེམས་ཅན་གྱི་ལུས་ལ་
 སྒྱི་རྒྱ་ན་འཛིན་འགྱུར་བ་ཡོང་བའི་ཚུལ་རྣམས་བཙེ་ཞིང་ཡོད་པ་རེད། སྤར་ཁ་
 བརྒྱད་ནི། ལི་མེ་ཁོན་ས་དུ་ལྷགས་དང་། ཁེན་གནམ་ཁི་རྒྱ་གིན་རི་དང་། ཟིན་
 ཤིང་ཁམས་དང་ཐོན་རྒྱང་ཁམས། ཞེས་སོ། །

སྒྲེ་བ་དགྲ་ནི། གཅིག་དཀར་གཉིས་ནག་སུམ་མཐིང་དང་། བཞི་ལྗང་ལྗ་སེར་
 རྩ་དཀར་དང་། བརྩན་དམར་བརྒྱད་དཀར་དགྲ་དམར་བ། ཞེས་སོ། །

ལོ་སྒྲོ་བརྩུ་གཉིས་ནི། བྱི་བ་སྤང་སྤག་ཡོས་འབྲུག་སྤུལ། རྩ་ལྷགས་སྒྲེལ་

དང་བྱ་བྱི་ཕག །དེ་རྒྱུ་མ་པོ་པོ་རི་རྒྱུ་དབྱེ་ནི། །བྱི་ལྷག་འབྲུག་ན་ཐུལ་བྱི་
པོ། །སྤང་ཡོས་སྤྱུལ་ལྷག་བྱ་པོག་མོ། །ཞེས་སོ། །

འབྲུང་བ་ལྷ་ནི། །ཤིང་གཅིག་མེ་གཉིས་ས་ནི་གསུམ། །ལྷག་ས་བཞི་ཆུ་ལྷ་
འབྲུང་བའི་གྲངས། །འབྲུང་བ་ལྷ་འི་ཁ་མདོག་ནི། །ལྷང་ཤིང་དམར་མེ་སེར་པོ་
ས། །དཀར་ལྷག་ས་ནག་མཐིང་ཆུ་ཡི་མདོག །ཅིས་སོ། །

འབྲུང་བ་མ་བྱ་དག་གོག་ས་བཅི་ཆུ་ལ་ནི། །མཐེ་ཆེན་ཤིང་ལ་མཚུ་བ་མོ་མི། །གྲང་
མོ་ས་ལ་སྤྱན་ལག་ལྷག་ས། །མཐེ་ཆུ་ཆུ་རུ་ཤེས་པར་བྱ། །ཡར་འདེད་མ་ལ་
མར་འདེད་བྱ། །ཕྱི་མོ་དག་ལ་ཆ་བོ་གོག་ས། །ཞེས་སོ། །ཡང་ན། །ཤིང་མ་ཆུ་ལ་
ཆུ་མ་ལྷག་ས། །ལྷག་ས་མ་ས་ལ་ས་མ་མི། །མེ་ཡི་མ་ནི་ཤིང་ཡིན་ནོ། །ཤིང་བྱ་མེ་
ལ་མེ་བྱ་ས། །ས་བྱ་ལྷག་ས་ལ་ལྷག་ས་བྱ་ཆུ། །ཆུ་ཡི་བྱ་ནི་ཤིང་ཡིན་ནོ། །ཤིང་
དག་ལྷག་ས་ལ་ལྷག་ས་དག་མི། །མེ་དག་ཆུ་ལ་ཆུ་དག་ས། །ས་ཡི་དག་ནི་ཤིང་
ཡིན་ནོ། །ཤིང་གོག་ས་ས་ལ་ས་གོག་ས་ཆུ། །ཆུ་གོག་ས་མེ་ལ་མེ་གོག་ས་
ལྷག་ས། །ལྷག་ས་བྱི་གོག་ས་ནི་ཤིང་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སོ། །འབྲུང་བ་མ་བྱ་དག་གོག་ས་
བཅི་ཆུ་ལ་འདག་ནི་འབྲུང་ཆེས་ལ་འཇུག་པའི་ལྷུ་མིག་ལྷ་བྱ་ཞིག་ཡིན།

སྐར་ཆེས་ནི། །ཉི་ཟླ་གོ་ལ་གསུམ་གྱི་འགོ་ས་ལ་བརྟེན་ནས་ཉིན་ཞག་དང་།
ཆེས་ཞག་བྱིམ་ཞག་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་བྱུང་ཆུ་ལ་དང་། །དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཆེས་ཞག་
ཆད་ལྷག་དང་། །ཆེས་ལོ་ལ་ཟླ་བཤོལ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། །དེ་ཡང་ཉིན་ཞག་
ཅིས་པ་སའི་གོ་ལའི་རང་འགོ་ས་ཞག་གཅིག་སྟེ་ཆུ་ཆོད་24ཡོད་པ་དང་། །བོད་
ལྷག་ས་ཆེས་བྱི་ཆུ་ཆོད་60ཡོད་པ་རེད། །ཆེས་ཞག་ཅིས་པ་ཟླ་བའི་འགོ་ས་དང་
བསྟུན་དགོས་པས་ན། །ཆེས་ཞག་གཅིག་ལ་ཆེ་བྱི་ཆུ་ཆོད་59དང་སྤང་3ཡོད་པ་
རེད། །བྱིམ་ཞག་གོ་ལས་ཉི་བྱིམ་ལ་བསྐྱོར་བ་གཅིག་འཁོར་བའི་ཡུན་ཆད་ལ་ཉིན་
ཞག་རེ་ལྷུ་ཡོད་པ་དེ་ཞག་གི་ཆུ་ཆོད་ལ་བགོས་ན། །བྱིམ་ཞག་གཅིག་ལ་ཆུ་ཆོད་
60དང་ཆུ་སྤང་52ཡོད་པ་རེད། །དེས་ན་ཉིན་ཞག་སུམ་ཆུ་ལ་ཟླ་བ་གཅིག་གི་
དབང་རུ་བྱས་ནས་ཉིག་པར་བཅིས་ན། །ལོ་གཉིས་དང་ཟླ་བ་བྱུག་གི་མཆོམས་ན་
ཆེས་བཅོ་ལྷ་ལ་ཟླ་བ་མེད་པ་དང་། །གནམ་གང་ལ་ཟླ་བ་ཉི་གང་བ་ཅན་འཆར་

ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེས་ན་ཉིན་ཆོས་བར་ན་ཆོས་ཆད་ལྟག་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རྟེ།
 ཉིན་བུམ་ལས། ཉིན་ཞག་ལྷ་བཅུ་དང་དགུ་ལ། །རགས་པ་ཆོས་ལྷ་གཉིས་སུ་འགྱུར། །
 རོན་དེ་ཉི་ཆོས་བར་བྱང་ཆ། །བསགས་པས་ཉིན་ཞག་ཆད་པ་ཡིན། །ཞེས་
 གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ས་གོ་ལས་ཉི་དགྱིལ་ལ་བསྐྱོར་བ་གཅིག་འཁོར་བའི་ཡུན་ལ་
 རགས་པ་ཉིན་ཞག་365ཡོད་ཅིང་། ཆོས་ལོ་གཅིག་ལ་ཉིན་ཞག་354འམ་355ལས་
 ཡོད་པ་མ་རེད། དེས་ན་བོད་ཀྱི་ལོ་གསར་སྐབས་རོན་དུ་སའི་གོ་ལས་ཉི་བྱིམ་
 ལ་བསྐྱོར་བ་གཅིག་མ་འཁོར་བ། ད་དུང་ཉིན་10ལྟག་ཅམ་ལུས་ཡོད་པ་རེད།
 དེས་ན་ལོ་གསུམ་རེའི་ནང་། ལྷ་ལྟག་རེ་མ་བཞོན་ན་དབྱར་དགུན་གོ་སྟོན་འཆར་
 ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེས་ན་ཉིན་མཁོ་བུམ་བཟང་ལས། ལོ་ནི་བྱིམ་ལོ་དབང་
 ཆེ་ཞིང་། ལྷ་བ་ལ་ནི་ཆོས་ཉིད་དབང་། །ཞག་ནི་ཉིན་ཞག་དབང་ཆེ་ཞེས། །
 ལྟགས་འགའ་འགོག་ཕྱིར་ཁོ་བོས་སྟུ། ཞེས་གསུངས་སོ། །དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་
 གཞུང་བོད་དུ་བསྐྱུར་ནས་བཟུང་བོད་ཀྱི་ལོ་ཐོ་དེ་ཉིན་ཞག་དང་། ཆོས་ཞག་བྱིམ་
 ཞག་གསུམ་ཀའི་ལྟགས་སྟགས་ནས་ལག་ལེན་བྱེད་སྟོན་དར་བ་རེད། དེའི་གོང་
 ན་རྒྱུ་ལོའི་སྟོན་ནས་བོད་དུ་བོན་དར་བའི་སྐར་དུ་ལོ་ཐོ་བཙུག་སྟོན་བྱུང་ཡང་གཙོ་
 བོ་ཉིན་ཞག་30ལ་ལྷ་བ་གཅིག་དང་། ལོ་གཅིག་ལ་ཞག་360བཅས་པའི་ལྟགས་དེ་
 ཡིན་འདུག ལྟགས་དེས་བཙུགས་པའི་ལོ་རྒྱུང་ཆོ་ལ་ཉི་བའི་ལོ་ཐོ་རྟེན་པ་དེང་
 དུས་ཀྱི་ཁ་ཤས་མཐོང་ཡས་ཡོད་པ་རེད། གཞན་ཡང་ལོ་རྒྱུང་སྟོན་ལ་ཉི་
 བའི་དུས་ནས་བོད་ཀྱི་མི་དམངས་ཆོས་གནམ་གྱི་སྐར་མ་ལ་བརྟག་པའི་རྩིས་དང་།
 བར་སྐར་གི་རྩིན་དང་རྒྱུང་ལ་བརྟག་པའི་རྩིས། བྱ་དང་ཤང་ལ་བརྟག་པའི་རྩིས།
 མཆོ་དང་ཆབ་རོམ་ལ་བརྟག་པའི་རྩིས་སོགས། དུས་བཞིའི་འགྱུར་བ་དང་།
 གནམ་གཤིས་སྟོན་བད། ཉི་ལྷ་སྐར་གསུམ་འཁོར་བའོད་ཀྱི་ཆོས་སོགས་ལ་བརྟག་
 པའི་རྩིས་འབྲས་མང་པོ་དེང་དུས་བར་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་པ་རེད།

ས་བཅད་བདུན་པ། ལྷ་གར་དང་རོལ་དབྱངས་མོགས།

གཅིག ། ལྷ་དང་མགུར་མོ་བཤད་པ།

བོད་ཀྱི་ལྷ་གཞས་ལ་ཡུལ་སོ་སོའི་ཚོགས་སྐྱུར་དང་གདངས་མི་འདྲ་བ་སྣ་ཚོགས་པ་
 བཞིག་ཡོད་པ་དེ་དག་མདོར་བསྡུས་ན། དགའ་ལྷ་དང་། བཙེ་ལྷ། བྱིལ་ལྷ། མཐུ་
 ལྷ། མཐུན་ལྷ། བྱེ་ལྷ་སོགས་རིགས་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལ་གདངས་ཀྱི་
 རྒྱད་པར་གྱིས་ལྷ་དང་། ལ་ཡི། ལྷ་རྒྱུང་བཅས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཡོད། སྐབས་འགར་ན་
 ལ་ཆིབས་ནས་འགོ་སྐབས་དང་། རི་འགོ་མཐོན་པོའི་ཐོག་ནས་སྐྱ་གདངས་མཐོན་
 པོས་གད་རྒྱུངས་སྒྲོགས་ནས་ལྷ་ལེན་པ་སྐྱ་རྒྱུང་བེད། ལྷུར་བཏང་མི་གར་ཞིག་
 ལྷ་དང་བསྐྱེད་པའི་སྐབས་སུ་ལྷ་རྒྱུང་ལེན་ཞིང་ཡོད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་ལྷ་དང་བསྐྱེད་
 སྐབས་ཡང་ལྷ་ལེན་ཞིང་ཡོད་པ་སྟེ། བོད་ཀྱི་གཏམ་དཔེ་ལ། ལྷ་སྐྱེད་པོས་མི་ལེན་
 ལྷག་པོས་ལེན། ཤོ་ལྷག་པོས་རང་སེམས་གསོ་སྐྱ་ལེན། ཞེས་བེད་སྤྲོལ་ཡོད། །

ལྷ་ཤག་བཀྱེ། གཞོན་ལུ་པོ་མོ་རྣམས་ཉིན་མོ་ལས་ཀ་ཆར་ནས། དགོང་མོར་
 མཉམ་དུ་འཛོམས་ཏེ་བྱ་རྣམས་ཚོ་གཅིག་དང་། བྱ་མོ་རྣམས་ཚོ་གཅིག་བྱས་ཤིང་།
 ལྷ་ཤག་བཀྱེ་ཞིང་ཡོད་པ་རེད། འདི་ལ་ལྷ་ཚོ་དབྱེད་ཀྱང་བེད་ཞིང་ལྷ་དག་འཇམ་
 ལ་སྒྲན་པའི་རིགས་རྣམས་པ་སྣ་ཚོགས་པ་ཞིག་བཀྱེ་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡང་ལྷ་
 རེ་ཚུར་ལེན་པ་དང་། སར་ལྷ་ལན་རེ་སྒྲོད་དེ་ལྷ་མང་ཁྱུང་ཚོ་དེ་ཅིང་ཡོད། ཡང་།
 ལྷ་ཚོ་དབྱེད་གཞན་ཞིག་ནི། ལྷ་དེའི་ནང་དོན་ལ་བརྟགས་ནས་སར་ལྷ་ལན་
 ལྷ་དགོས་པ་རེད། འདི་ནི་དྲི་བ་དྲིས་ལན་བཞིན་དུ་ཚུར་གར་བེད་དེ་ལ་སར་དེ་
 དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ལན་ཞིག་ལྷ་དགོས། འདི་ལ་བརྟེན་ནས་སྐབས་འགར་
 གཞོན་ལུ་པོ་མོ་རྣམས་སན་ཚུན་འདྲོད་མོས་དང་། དགའ་རེས་ཡོད་མེད་རྟོགས་
 ལུབ་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། སྐབས་དེར་བོད་རིགས་གཞོན་ལུ་རྣམས་ཡི་གེ་ཤེས་མཁན་
 ཏེ་ལམ་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་། ཁོ་ཚོས་ལྷ་གཞས་རྣམས་མི་རབས་ནས་མི་
 རབས་བརྒྱུད་དེ་དག་སྐྱུར་བྱེད་སྤྲོལ་ཡོད་སྟངས། འགའ་ཞིག་གིས་ལྷ་གཞས་སྟོང་
 ཚོ་ཁ་ཤས་དག་སྐྱུར་ཡོད་པ་རེད། དེས་ན་སྐབས་འགར་མཚན་གར་པོར་ལྷ་ཤག་

བཀྱེ་ཁིང་ཕྱི་ཉིན་རྣམ་མ་ལངས་བར་ཚྭ་གས་མི་ཐུབ་པའི་སྤྱི་གཞས་སློ་ཐོག་ཏུ་བྱིན་
 ཡོད་པ་རེད། སྤྱི་ཚེད་བྱེད་སྐབས་བྱེད་སྐབས་ཐོག་མར་སྤྱི་གདན་བཏོང་ཞེས་པ་
 སྤྱི་འགོ་བཅུ་མས་པའི་སྤྱི་དང་། དེ་ནས་སྤྱི་མཚེད་བྱེད་ཞེས་པ་མཚེད་པ་ཐུལ་བའི་
 སྤྱི་དང་། མཐར་བཀྱ་ཤིས་དང་། སློན་ལམ་བཟོད་པའི་སྤྱི་བཅས་ཡོད་པ་དེ་དག་
 དེས་པར་དུ་གོ་རིམ་ལྟར་ལག་བསྟར་བྱ་དགོས་ཤིང་ཡོད་པ་རེད། སྤྱི་ལེན་བྱིན་
 སྤྱི་དེ་ཡང་བསྐྱར་ལེན་བྱུང་ན། དེ་ལ་གོ་བྱུང་དང་ནས་བྱུང་ཅས་པའི་མིང་
 འདྲོགས་ནས་ཆད་པ་གཙོ་བོ་ཡོད་པ་རེད།

མགུར་མོ་བཞག །སྤྱི་གཞས་དང་མགུར་མོ་དོན་གཅིག་ཀྱང་འདི་གཉིས་ཅིད་
 ཐབས་མི་འདྲ་བ་གཉིས་ཡིན། སྤྱི་དང་གཞས་ལ་བྱད་པར་ཅི་ཡོད་ཅི་ན། སྤྱི་ཡིན་
 བ་བརྒྱད་ཆོག་ཡིན་པའ་བྱུང་པ་དང་། གཞས་སམ་མགུར་མོ་ཡིན་ན་དུག་ཆོག་
 ཡིན་པས་བྱུང་པའི་བྱད་པར་ཡོད། གཞས་གཏོང་སྐབས་སྤྱི་དག་དང་མི་འདྲ་
 བའི་གཞས་གདངས་རིགས་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། སྤྱི་ཚེད་བྱེད་པ་ནང་
 བཞིན་གཞས་ཚེད་ཀྱང་བྱེད་ཆོག །མགུར་མོ་བཞག །དེ་ནི་གཞོན་ནུ་པོ་མོ་གང་
 ཅམ་ཞིག་མཉམ་དུ་འདུས་ཡོད་ན་དེ་རྣམས་སོ་སོས་ཅ་ལག་སྟེ་གཉིས་བསྐྱེ་ཁིང་།
 གཅིག་རང་མཚོན་བྱེད་དང་། གཞན་གཅིག་དེ་རང་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་
 མོ་འམ་མོ་རང་སེམས་ཤོར་བའི་མི་དེ་མཚོན་བྱེད་དུ་བཞག །རང་གི་དགའ་ས་མི་
 གང་འཛོག་པ་རང་གིས་ངོས་སྦྱར་བྱེད་ཆོག་ལ། དེར་འདུས་ཀྱི་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཁོ་
 རང་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་མི་སྤྱི་དང་གང་ཞེས་ངོས་སྦྱར་བྱས་ན་འང་ཆོག །དེ་
 རྣམ་མི་གང་བྱང་ཞིག་མགུར་མོ་འཐེན་གདམ་དགོས། དེའི་ནང་གི་མི་གཞན་
 ཞིག་གིས་གང་ཟག་སོ་སོ་མཚོན་བྱེད་ཀྱི་ཅ་ལག་དེ་ལག་ཏུ་བཟུང་ཁིང་། མགུར་མོ་
 ལེན་མཁན་གྱིས་མི་མཐོང་བར་བྱས་ཏེ། ལག་གཡས་གཡོན་གཉིས་སྤྱི་པོ་མོ་གཉིས་
 པོ་སོ་སོ་མཚོན་བྱེད་ཀྱི་ཅ་ལག་དེ་འཛིན་ཁིང་། མགུར་མོ་ལེན་མཁན་ལ་ལག་
 གཡས་གཡོན་སོ་སོ་སྟོན་ནས་མགུན་མོ་ལེན་བརྒྱུག་ཅིང་། མགུར་མོ་ལེན་མཁན་
 དེས་དགའ་བ་མཚོན་བྱེད་དང་། ཁྱོ་བ་མཚོན་བྱེད། བསྟོད་པ། སྤྲོད་པ། བྲིལ་བ།
 བརྟེ་བ་ལ་སོགས་པ་ཁོ་རང་གང་འདོད་ཅིག་ལེན་བྱིན་པ་དང་། ལག་པ་ཁ་སྟེ་

ནས་མི་སྲ་དང་གང་ཡིན་པ་བསྟན་ཞིང་། སོ་མོ་སོ་སོས་གཞས་གང་འདྲ་བཏང་
ཡོད་པ་བརྟགས་ཤིང་ཁོ་ཚོ་ནང་པན་ཚུན་འཕྱ་རེས་དང་། ཀྱ་རེ་ཡིས་གད་མོ་སྤྲང་
གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནི་གཞོན་ཅུ་སོ་མོ་རྣམས་པན་ཚུན་མཐུན་ལམ་ཡོང་མིན་མོ་
འདེབས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་འདུག །

གཉིས། འཆམ་དང་ཞབས་སྡོ་བཤད་པ།

ཞབས་སྡོ་ནི་རག་གི་སྤྱོད་བྱེད་སྤངས་དང་། ལུས་ཀྱི་ཉམས་འགྱུར་ལྟར་ཅིག་རྒྱ་སྟོན་
པའི་ཆེད་རིགས་ཤིག་རེད། འདི་ལ་བརྟུན་སྡོ་བཏུང་ཞེས་བྲེའ། དེ་ཡང་ལུ་ལ་སོ་སོ་
ལ་ཞབས་སྡོ་འབྲབ་ཚུལ་རིགས་མི་འདྲ་བ་སྣ་ཚོགས་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན། སོ་
རྣམས་སྤྱགས་གཅིག་དང་། མོ་རྣམས་སྤྱགས་གཅིག་བྱས་ཏེ་བསྐྱོར་སྡོ་རྒྱང་བ་
དང་། སོ་མོ་པན་ཚུན་ཆབ་ནས་བསྐྱོར་སྡོ་རྒྱང་བ། རག་ནས་དབྱེད་སྟོན་དང་།
ལག་པས་ཕི་ལང་སྤྱགས་ཤིང་འབྲབ་པ་དང་། སོ་མོ་སྤྲང་བསྐྱིགས་ནས་སྡོ་འབྲབ་
པ་སོགས་མདོ་དབུས་ཁམས་གསུམ་ན་སྡོ་འབྲབ་ལུགས་སྣ་ཚོགས་ཡོད་པ་དེ་དག་
ཞིབ་པར་ཤེས་འདོད་ན་ལུ་ལ་སོ་སོའི་དགའ་སྟོན་སྐབས་སུ་ཤེས་གཟིགས་དགོས། །

འཆམ་ཞེས་པ་གཙོ་བོར་དགོན་པའི་ནང་རྒྱ་འབྲབ་སྟོན་བྱེད་ལས་ལ་བྲེའ། འདི་
ལ་འཆམ་འཆམས་བྲེའ། དེ་ཡང་དགོན་པ་སོ་སོའི་ནང་རྒྱ་ཡི་དམ་རྒྱུད་ལྟེ་སོ་སོའི་
ལུགས་ཀྱི་གར་འཆམ་རིགས་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད། དོན་རྒྱུ་རྒྱུད་ལྟེ་སྟོན་
ཚོགས་ཀྱི་རྣམ་པ་དང་ཉམས་འགྱུར་གང་ཡོད་མི་རྣམས་ཀྱི་མིག་ལམ་རྒྱ་སྟོན་ཞིང་
ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན། མགོན་པོའི་གཏོར་འཆམ་ལ་དབྱ་གཏོར་གར་འཆམ་
བྲེའ། དེ་བཞིན་རྒྱ་ཆོས་བཅུ་དྲུག་གར་འཆམ། སུར་པའི་གར་འཆམ། རྒྱ་ཆུའི་
གཏོར་འཆམ། བཀའ་བརྒྱུད་གཏོར་འཆམ་ལ་སོགས་པ་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད།

གཞན་ཡང་གང་ཟག་མིའི་རྣམ་ཐར་དང་། ལོ་རྒྱུས་ཀྱང་དེ་བཞིན་རྒྱ་འཆམས་
རྒྱ་ཡོད་པ་དཔེར་ན། གེ་སར་འཆམས་པ་དང་། རྒྱ་མིང་ཀྱན་ལྟར་འཆམས་པ།
དེ་བཞིན་རྒྱ་མི་ལ་རས་པ་དང་། ཆོས་རྒྱལ་ནོར་བཟང་། ཨ་ཅེ་ལྟ་མོ་ལ་སོགས་པ་
རྒྱས་རྒྱུན་རྒྱུང་ཆོས་མཐོང་པ་འདི་རྣམས་རེད། ད་རུང་བོད་རྒྱ་སྐད་གྲགས་ཅུང་
ཟད་ཆེ་བའི་འབྲས་དཀར་བྲེའ་བ་ཞིག་འཆམ་རྒྱ་ཡོད་པ་རེད། འབྲས་དཀར་

འབྲུག་མཁན་རིགས་གཉིས་ཏེ། དགོན་པའི་གར་འཆམ་སྐབས་སུ་བར་མཆོམས་
 རྒྱུ་ལ་གསེའི་སྐབས་སུ། ཁྲིམ་ཆོགས་རྒྱུ་ལ་གཡེང་བར་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་
 འབྲུག་དཀར་འཆམས་ཤིང་ཡོད་པ་རེད། གཉིས་པ་དེ་སྤང་པོ་སྤྲོད་མོ་བ་རྒྱུ་ལ་
 གྱིས་འབྲུག་དཀར་འབྲུག་ནས་སྤྲོད་མོ་བྱེད་སྤྲོད་ཡོད་འདུག། དེ་ཡང་མི་ཕྱི་ཕྱག་
 མོ་དགའ་སྟོན་དང་། བག་སྟོན། ཁྲི་སྟོན་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་རྟེན་འབྲེལ་ལོགས་
 པར་བཤད་ཅིང་ཡོད་སྟབས་དགའ་སྟོན་ཞུགས་མཁན་རྒྱུ་ལ་བརྟན་པ་སྟེར་
 སྤྲོད་ཡོད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་ཆོས་ལུགས་འཛིན་མཁན་རྒྱུ་ལ་
 ཀྱི་འདི་ནི་ཀམས་པའི་དགའ་ཆེན་གཏོར་བའི་ལོ་དེར་དགའ་ལྡན་མོ་བྲང་དང་རྒྱལ་
 བ་ལྟ་པ་ཆེན་པོ་ལ་བསྟོད་བསྟེན་གྱི་འབྲུག་བཤད་ཅིག་ཡིན་སྟབས། བཀའ་
 བརྒྱུད་པ་ལ་རྟེན་འབྲེལ་ལོག་པ་ཞིག་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་ནས་དགའ་བསུ་བྱེད་
 སྤྲོད་མེད་པ་རེད། །

གསུམ། རོལ་དབྱངས་ཀྱི་སྟོར་བཤད་པ།

བོད་དུ་གནའ་བོའི་རོལ་དབྱངས་ཀྱི་ཅ་ལག་སྟོར་ལ་རིགས་མི་འདྲ་བ་ལྟ་ཆོགས་
 ཤིག་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན། སི་མང་དང་། སྒྲ་སྟོན། སྤིང་བྱ། སྤིང་བྱ་ལའང་
 རང་གསེས་སུ་སྟུག་སྤིང་། ར་སྤིང་། སོག་སྤིང་། བྱ་སྤིང་། རྒྱང་སྤིང་སོགས་ཡོད་
 པ་དང་། རོལ་མོ། སིལ་སྟོན། ཏིག་ཤག། ར་ཤང་ངམ་འབྲིལ་ལོ། ཏུང་། རྒྱ་
 སྤིང་། ཀོ་བའི་ར་རིགས་ལྟ་ཆོགས་དང་། མདར་བྱའམ་ར་མ་བྱ། མཁར་ར་།
 དྲིལ་བྱ་ཆེ་ཆུང་ལྟ་ཆོགས་བཅས་རོལ་དབྱངས་ཀྱི་ཆས་མང་པོ་ཡོད་པ་རེད།

རོལ་ཆས་དང་སྟུགས་ནས་དབྱངས་གདངས་བཀྲག་ཚུལ་ལ་གདངས་ཡིག་དང་།
 གདངས་ཡིག་བཟོ་ཚུལ་གྱི་གཞུང་ལུགས་ཆ་ཆང་ཡོད་པ་རྒྱུ་ལ་ས་སྐྱ་པ་རྟེ་ཏས་
 མཛད་པའི་རོལ་མོའི་བསྟན་བཅོས་དང་། དེའི་འགྲེལ་པ་བསྟན་པར། དང་པོ་
 ལྟན་སྟེས་ཀྱི་རོལ་དབྱངས་སྟོར། རོལ་མོའི་བསྟན་བཅོས་ལས། དེ་ལ་ལྟན་ཅིག་
 རྟེས་པ་ཡི། རང་རོ་རྒྱུ་པ་བཞི་ཡིན་ཏེ། འདྲེན་པ་དང་ནི་བཀྲག་པ་དང་། །

བསྐྱར་བ་དང་ནི་ལྟངས་ཉིད་དོ། འདི་དག་སོ་སོའི་རོ་འདྲེན་ཚུལ་གྱི་བྱད་ཆོས་
 བོ། དང་པོ་འདྲེན་པའི་བྱད་ཆོས་ནི། དྲང་པོ་བསྐྱེད་དང་བཀྲག་པ་

དང་། །བསྟོད་དང་སྦྱང་པའི་ང་རོས་དྲངས། ཞེས་སོ། །གཉིས་པ་བཀུག་པའི་
 བྱང་ཚེས་ནི། བྱགས་ལ་རྒྱང་དང་བཅེགས་པ་སྟེ། །དེ་ལ་གཉིས་གསུམ་བཞི་
 སྟགས་སོ། ཞེས་དང་། གསུམ་པ་བསྐྱར་བའི་བྱང་ཚེས་ནི། བསྐྱར་ལ་མགིན་ཆེ་
 རྩ་ལྟེ། །དེ་ལ་རིང་དང་བྱང་གཉིས་སྟུར། ཞེས་སོ། །བཞི་པ་ལྷེངས་པའི་བྱང་
 ཚེས་ནི། །དེ་ལ་རིང་དང་བྱང་བ་སྟེ། །དེ་ལ་བྱང་པར་ཐོག་མཐའ་རགས། ཞེས་པ་
 ལ་སྟགས་པ་ནང་གསེས་ཀྱི་དབྱེ་བ་མང་ངོ་། །

ས་བཅད་བརྒྱུད་པ། རོད་ཀྱི་རྒྱལ་རབས་ཀྱི་བཤད།

གཅིག །སྤྱ་རྒྱལ་གོང་གི་མངའ་མཛད་བཅུ་གཉིས།

༡ དམར་འཇམ་ལྷ་ཡི་རྩལ་རབས།

དཔོན་མིང་།	གསལ་བཤད་།
ཐུགས་དཀར་ཁི་གོང་ལ་ སྟགས་གཙང་མའི་ལྷ་ རིགས་རྣམས།	ཡུལ་གྱི་མིང་ལ་ལྷ་ཡུལ་གྱི་མངའ་བུ་ཞེས། གཡའ་རི་གངས་དཀར་ཆེ་ལ་ གནས་བཅས་ཤིང་། མི་ཡིས་དུད་འགོར་མི་འཆོ་གཏམ་བརྟེན་འདྲིང་། མི་ ལོ་འབྲུམ་བྱག་མང་པོ་དེ་ལྟར་གནས།

༢ མ་སངས་གཉན་གྱི་རྩལ་རབས།

དཔོན་མིང་།	གསལ་བཤད་།
མི་མཐོན་དཀར་པོ་ལ་ སྟགས་གཉན་རིགས།	ཡུལ་གྱི་མིང་ལ་གཉན་ཡུལ་གསེར་ལྷེང་ཞེས། རྩ་རི་སྤང་ལྷེང་ཤིང་ལ་ གནས་བཅས་ནས། དེ་རྩལ་མི་ཡིས་དུད་འགོ་གསོད་པ་བྱུང་།

༣ འབྲེ་པོ་སྤྱ་ཡི་རྩལ་རབས།

དཔོན་མིང་།	གསལ་བཤད་།
འབྲེ་པོ་སྤྱ་	འབྲེ་པོ་ལ་སྟགས་སྤྱ་རིགས་རྣམས། ཡུལ་མིང་སྤྱ་ཡུལ་ན་ར་སེང་སྟོན་ཞེས། མཚོ་ རིང་རྒྱ་སྤང་ཞེས་གསེང་ལ་གནས་བཅས། མི་རྣམས་མཐོལ་བཅོག་བྱས་ཆོ་སྤྱས་ གནོད་བྱེད། དེ་བཅོས་སྤྱ་འབྲུམ་སྤྱ་ཆོག་ལ་སྟགས་དར། རྩ་རྣགས་ན་ཐུགས་ སྤངས་སྤྱོད་བྱེད་པ་བྱུང་།

༤ གནོད་སྤྱིན་བཅན་གྱི་རྩལ་རབས།

དཔོན་མིང་།	གསལ་བཤད་།
གནོད་སྤྱིན་ནག་པོ་ ལ་སྟགས་གནོད་ སྤྱིན་རིགས།	ཡུལ་མིང་གནོད་དམར་བཅན་གྱི་ཡུལ་ཞེས་བྱ། འགའ་ཞིག་བཟང་ཡུལ་ རྒྱན་མེད་ཅེས་བྱུང་ཞེས། རྩ་བྱག་ནགས་ཁྲིད་ཤིང་ལ་གནས་བཅས་ཏེ། འགོ་བ་ མི་ལ་མན་དང་གནོད་པ་བྱེད། བཅན་བཅོས་ལ་སྟགས་མདོས་སྤྱོད་གནོད་པ་ བྱུང་། ཡུལ་ལྷ་མཚོད་པས་མི་དང་གཏམ་ཡང་སྤྲ། རྩ་རྣགས་གཉན་པོ་བཅན་ པ་དེ་ནས་བྱུང་། མཚོན་ཆ་མདའ་གཞུ་དེ་ཡི་རྩལ་ནས་དར།

५ श्रीक. धीरे. दुःख. रचना।

१५७३ १५७३	१५७३ १५७३
-------------------------	-------------------------

༤ བདུད་ཀྱི་རྩལ་རབས།

[illegible]

མཁའ་མཁོའ་མོ་སྤྲུལ་དགུའི་རྒྱལ་རབས།

ମହାଶୟୀ	ମହାଶୟୀ
ମହାଶୟୀ	ମହାଶୟୀ
ମହା	ମହା

༡ ལྷ་ཡི་རྩལ་རབས།

དཔེན་མིང་།	གསལ་བཤད་།
དཔེ་རྒྱུ་འཛིན་པ་ ལ་མཉམ་ཁྲི་ འགན་ཁུངས་།	ཡུལ་གྱི་མིང་ལ་རམ་ཡུལ་ནས་པ་ཟེར། མཉམ་དང་ཞགས་པ་འཁོར་བའི་ ལག་ཆ་ཟུང་། རྒྱ་དེར་ཞགས་པ་འཁོར་ནས་འི་རྒྱ་གར་མཉམ་ཆ་འཛིན་པ་ མ་ཟད། དཔག་འཐབ་པའི་སྐབས་སུ་འདྲ་པོ་ཞགས་པ་འཛིན་པ་དང་། འི་ རྒྱ་གར་ཁོན་པ་དང་། དཔག་འཐབ་པའི་སྐབས་སུ་དང་ཞགས་འཁོར་ཁྲི་ལ་ཡང་ སྐབས་འདི་ཅིན་ནས་དར་བར་མཉམ་། བོན་གྱི་ཕྱོད་པ་གཅིག་རབ་ནི་དཔུའི་ གདུང་རབས་ཅི་ཤུ་པ་ཡིན་པར་ཁྱད་པོར་མ་ཁྲུལ་ནི་མིའི་དོད་མས་གསལ།

༧ མ་མངས་རྩལ་དགུའི་རྩལ་རབས།

(७) अथ हिंसा विहङ्गस्य नृणां मयत्तः ३५ उवाच कुरु नृणां मयत्तः २५ पति मरुतः।

[illegible]

གཉིས། ལྷ་རྒྱལ་གྱི་དུས་རབས།

༡ གནམ་གྱི་ཁྲི་བརྒན་གྱི་དུས་རབས། 360B, C-84B, C.

རྒྱལ་པོའི་མཆན།	སྤྱི་ཚུངས་དུས་ཚིག་	ཁྲི་མ	གསལ་བཤད།
གཞུང་གི་བཅན་པོ།	360B.C-345B.C.	15	གཞུང་གི་བཅན་པོས་ཁྲི་མས་བཅས། ལྷ་གྱི་བཅན་པོས་ལྷ་རི་ཁྱེད་མོ་ལ་བསྐྱབ་པ་མཛད། སྐབས་འདིར་གྲུབ་པ་ཐོབ་པའི་གཤེན་དགུ་མཁས་པ་མི་དགུ། མཐུ་བོ་ཆེ་མི་དགུ་བཅས་ཁྱེད་ཡོད་པར་གྲགས།
ལྷ་གྱི་བཅན་པོ།	345B.C-272B.C.	73	
དྲིང་གི་བཅན་པོ།			
མོ་གྱི་བཅན་པོ།			
མེར་གྱི་བཅན་པོ།			
གདགས་གྱི་བཅན་པོ།			
སྤྱི་བས་གྱི་བཅན་པོ།	84B.C.	37	

༢ བར་གྱི་སྤྱི་ཚུངས་གཉིས། 84B.C-31B.C.

རྒྱལ་པོའི་མཆན།	སྤྱི་ཚུངས་དུས་ཚིག་	ཁྲི་མ	གསལ་བཤད།
གྱི་ལྷ་མ་བཅན་པོ།	84B.C-81B.C.	3	གྱི་ལྷ་མ་བཅན་པོའི་སྐབས་རལ་གྱི་དགུ་ཟླ་བཅོས། རྒྱ་ལས་སྤྱི་མ་མཁར་དང་། ཤིང་བཟོ། བཅས་ཀྱི་ལག་ཚ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་།
མོ་ངམ།	81B C-68B.C.	13	
ལྷ་ཁྱེད་ལྷ་རྒྱལ།	68B C-31B.C.	37	

༣ ལ་ཡི་ལེགས་དུག་ 31B.C-142A.D.

རྒྱལ་པོའི་མཆན།	སྤྱི་ཚུངས་དུས་ཚིག་	ཁྲི་མ	གསལ་བཤད།
ཨེ་ཤྭ་ལེགས།			ལྷ་བྱ་མགོ་དཀར་གྱིས། ཞིང་འབྲོག་ལས་རིགས་ཡར་རྒྱས་གཏོང་འབྲོག་ལ་ཐུར་ཅིས་དང་། ཞིང་ལ་དོར་ཅིས་ཀྱིས་འབངས་ལ་ཁྲལ་བཀོད་པའི་སྤྱི་མ་མཁར་གྱིས་སྤྱོད་པ་ལྟོགས། ལྷ་ན་དང་། ལྷགས། ཅིས། ལྷ། ཐོན་བཅས་དབྱེ་བ་ཕྱིས་ཏེ་འཆད་གཉེར་དང་དར་སྤེལ་བཏང་།
དེ་ཤྭ་ལེགས།			
ཆི་ཤྭ་ལེགས།			
ལྷ་རྒྱལ་ལེགས།			
འབྲོང་ཞི་ལེགས།			
ཟ་ནམ་ལེགས།			

1

འདུས་སྐྱོད་ མང་རྒྱ།	679-704	སྤྱི་ལོ་༦༧༩ ལོར་ལྷང་མོ་ཁྱི་བཅུན་ཁབ་རུ་བཞུགས། མགར་ཁྱི་འབྱིང་གིས་རྒྱལ་པོའི་པོ་བྲང་གི་དབང་ཆ་པལ་ཆེར་བཟུང་། སྤྱི་ལོ་༦༧༩ པའི་ས་མག་ལོར་བཅན་པོ་འདུས་སྐྱོད་མང་རྒྱེས་མགར་སྤྱན་མཆེད་ལ་བཀའ་ཉིན་བཏང་། མགར་ཁྱི་འབྱིང་གིས་གཡུལ་མ་སྤྱང་པ་རང་སྟོག་བཅད། མགར་བཅན་བོད་ཀྱིས་འཁོར་སྤྱོད་ཐུག་གཅིག་ལྟག་དང་། ཅན་པོའི་སྤྱུ་མང་པོ་རྒྱུ་ཆ་བ་སྟོགས་བྱིད་དེ་ཐང་ལ་མགོ་འདོག་ཞུས། སྤྱི་ལོ་༧༠༥ལོར་འཇར་པ་ལ་སྟོགས་བོད་ཀྱི་ཁོངས་སུ་ཡོད་པའི་ལྷོ་སྟོགས་ཀྱི་ཆོ་པ་ཁག་འགའ་དོ་ལོག་བྱས་པར་བཅན་པོ་རང་ཉིད་ཀྱིས་དམག་དྲངས་ཏེ་ཐེབས། ཡངས་པའི་གཙང་པོ་ལ་ལྷགས་ཟམ་བཅུགས་ནས་དམག་བརྒྱུ་ལོ་དེར་འཇར་ཡུལ་དབང་རུ་བཟུས། སྤྱི་ལོ་༧༠༥པའི་ཤིང་འབྲུག་ལོར་འཇར་ཡུལ་རུ་བཅན་པོ་དམག་ཐོག་རུ་འདས།
བྱི་ལྷོ་གཙུག་ བརྒྱུན། (མེས་ ཨོག་ཆོམ་)	705-755	སྤྱི་ལོ་༧༠༥པའི་ཤིང་སྤྱུལ་ལོར་སྤྱུ་ལྷོ་ཆོམ་ཀྱལ་ས་ལ་ཆོད་པའི་མཐར་ཁྱི་ལྷོ་གཙུག་བརྒྱུན་རྒྱལ་སར་འཁོད། སྤྱི་ལོ་འབྲོ་བཟའ་ཁྱི་མ་ལོད་ཀྱིས་སྤྱུ་ལྷོ་ཡང་སྤྱིད་དབང་པལ་ཆེར་བཟུང་། སྤྱི་ལོ་༧༡༩ ལོར་རྒྱ་རྒྱུ་བོད་རུ་འབྱོར། སྤྱི་ལོ་༧༣༥པའི་ས་ཡོས་ལོར་ཅན་ཁྱེན་རྒྱ་རྒྱ་སྤྱངས། སྤྱི་ལོ་༧༤༩ པའི་རྒྱ་རྒྱ་ལོར་ལྷོ་ནམ་བཟའ་ལ་སྤྱུ་ཁྱི་སྤྱོད་ལེའུ་བཅན་འབྲངས། བོད་ཀྱི་བྱང་སྟོགས་ཁོམ་དང་། ལི་ཡུལ་སྟོགས་ལ་དམག་བརྒྱབས། སྤྱི་ལོ་༧༥༥ལོར་རྒྱལ་པོ་མེས་ཨོག་ཆོམ་ཡར་འབྱོག་སྤྱོད་རུ་སྤྱོད་པོ་འབའ་ལྷོང་ཆ་བ་དང་། ཡང་ལྷུས་གཟིགས་གཉིས་ཀྱིས་སྤྱོད་རུ་བཀོདས།
བྱི་སྤྱོད་ལེའུ་ བཅན།	755-780	མ་ཁང་གོམ་པ་སྤྱུ་ལྷོ་སྟོགས་ཀྱིས་བྱང་སྟོགས་རྒྱ་རྒྱ་ཏོར་ཀྱི་སྤྱོད་ལྷོ་བཅན། བྱང་སྟོགས་ཐམས་ཅད་དབང་རུ་བྱས། སྤྱོད་པོ་ནམས་ཀྱིས་སྤྱི་ལོ་༧༦༡པའི་ལྷང་ལོར་བསམ་ཡས་གཙུག་ལག་ཁང་ཆང་བཏིང་། སྤྱི་ལོ་༧༦༩ལོར་སྤྱོད་པོ་ནམ་བཟུ་བོད་རུ་གདན་དྲངས། བོད་དམག་གིས་རྒྱ་ནག་གི་རྒྱལ་ས་ཁང་ཨན་བཅན། སྤྱི་ལོ་༧༧༥ལོར་བསམ་ཡས་སྤྱོད་པོ་ཤིང་ངམ་ལོ་ལྷོ་བའི་སྤྱོད་ལྷོ་བཅན། སྤྱི་ལོ་༧༨༠ལོར་ལྷགས་སྤྱུ་ལོར་སྤྱུ་ལྷོ་བཅན་པོ་ཁྱི་ལ་བཀོད་ནས་རྒྱལ་པོ་ཉིད་དམ་ཆོས་ཉམས་ལེན་མཛད། ལྷོ་བཅན་པོ་རྒྱལ་པོ་བསྐོས།

བཞི། བོད་སྐལ་བྱེ་སྐབས།

841- 1265

བྱི་ལོ་རྒྱུ་རབས།	གསལ་བཤད།
841-900	བྱི་ལོ་༨༤༡ ལོར་དབུ་གཡོ་འབྲུགས་པའི་འགོ་རྒྱུགས། བྱི་ལོ་༨༥༧ གིར་བྱ་ལོར་འོད་སྤངས་བྱི་སྐལ་དཔལ་འཁོར་བཅན་འབྲུངས། བྱི་ལོ་༨༧༧ པའི་ས་སྤང་ལོར་འབངས་གྱུན་ལོག་གི་འགོ་བཅུགས། སྐབས་དེ་ཅམ་ན་མ་གཡོ་གཅང་གསུམ་དབུས་ནས་ལོས་བྱོལ་ཐུག། བྱི་ལོ་༩༥༧ པའི་མེ་བྱ་ལོར་བཅན་པའི་བང་སོ་རྣམས་ཏུ་ཚོ་ཁག་རྣམས་བཤོས་ཏེ་བསྐྱོགས། བྱི་ལོ་༩༩༧ ལོར་མངའ་བདག་འོད་སྤངས་གཤེགས། བྱི་ལོ་༩༩༩ པའི་རྒྱ་བྱི་ལོར་སྤྱི་ཆེན་དཀོངས་པ་རབ་གསལ་འབྲུངས། བྱི་ལོ་༩༩༧ ལོར་དཔལ་འཁོར་བཅན་འདས།
901-1000	བྱི་ལོ་༩༠༧ པའི་མེ་སྤྱག་ལོར་སྤྱི་ཆེན་དཀོངས་པ་རབ་གསལ་མ་གཡོ་གཅང་གསུམ་ལས་རབ་ཏུ་བྱུང་བས་བསྟན་པའི་མེ་རོ་མདོ་སྤང་ནས་སོས་ཞེས་པར་གྲགས། བྱི་ལོ་༩༧༧ པའི་མེ་བྱི་ལོར་དབུས་གཅང་མི་བརྒྱ་མདོ་སྤང་ཏུ་ཕེབས་ནས་སྤྱི་ཆེན་ལས་རབ་ཏུ་བྱུང་། བྱི་ལོ་༩༩༧ པའི་མིང་འབྲུག་ལོར་བཀ་ཤིས་མཐོན་ལ་སྤྱི་ཆེན་དེ་འབྲུངས། བྱི་ལོ་༩༩༧ ལོར་རབ་ཏུ་བྱུང་། མཚན་ལྷ་སྤྱི་མ་ཡེ་ཤེས་འོད་ཏུ་གྲགས། བྱི་ལོ་༩༩༧ པའི་མེ་སྤྱི་ལོར་མངའ་རིས་མཐོ་ཤིང་གཤེར་བྱི་ལྷ་ཁང་བཞེངས། ཏུས་འདི་ཅམ་ན་ལྷ་སྤྱི་མ་ཡེ་ཤེས་འོད་བྱིས་གཞོན་ཏུ་སྤྱི་རིག་ཅན་ཁྱེར་གཅིག་རྒྱ་གར་ཏུ་སྤྱོད་སྤྱོད་བཏང་། ལོ་ཆེན་རིན་ཆེན་བཟང་པོ་དང་། ལོ་རྒྱུད་གསལ་འཕྱོར་ཤེས་རབ་གཤིས་བསྟན་པ་ལ་ཤིན་ཏུ་ཕན་པ་བྱུང་།
1001-1100	བྱི་ལོ་༡༠༡༩ པའི་མར་པ་ལོ་རྩ་བ་འབྲུངས། བྱི་ལོ་༡༠༩༠ ལོར་འཕྱོ་ལྷོན་པ་ཁམས་སྤྱོད་མང་ཏུ་ཕེབས་ནས་སྤྱི་མ་ཡེ་བཅན་པར་བསྟན་ནས་ལོ་རྩ་ཁྱེར་གསུམ་ཅམ་ཁམས་སྤྱོགས་སུ་བཞུགས། བྱི་ལོ་༡༠༩༧ ལོར་ལོས་ལྱི་རྩོ་ལོ་རྩ་བས་དཔལ་དུས་བྱི་འཁོར་ལོ་བོད་ཏུ་བསྐྱར་བས་དེ་ནས་རབ་བྱུང་འགོ་རྒྱུགས། རབ་བྱུང་དང་པོའི་ས་རྒྱལ་བྱི་ལོ་༡༠༩༩ ལོར་གིང་གེ་སར་རྒྱལ་པོ་ཁམས་ལྷེ་དགའི་ས་རྒྱུད་སོས་ཡག་གི་ཁ་མདོར་སྤྱོད་འབྲུངས། ལོང་གིས་འབྲི་རྒྱ་དང་མ་རྒྱུད་སྤྱོད་རྒྱུད་བྱིས་ཆ་འདི་དག་དབང་རྒྱུར་བྱས། བྱི་ལོ་༡༠༩༩ ལོར་རྩོ་བོ་རྩོ་བོད་ཏུ་ཕེབས། བྱི་ལོ་༡༠༩༧ ལོར་འཕྱོ་ལྷོན་པ་རྒྱལ་བའི་འབྲུང་གནས་བྱིས་རྒྱུད་དཀོན་པ་བཏབ། བྱི་ལོ་༡༠༩༧ ལོར་རྩོ་བོ་ལོགས་པའི་ཤེས་རབ་བྱིས་གསང་སྤྱོད་ཐོག་བཏབ། བྱི་ལོ་༡༠༩༧ ལོར་འཕྱོ་ལྷོན་དཀོན་མཆོག་རྒྱལ་པོས་ས་སྤྱོད་དཀོན་པ་བཏབ།

1

1101-1200	ཁྱི་ལོ་༡༡༢༡པའི་ལྷགས་སྐང་ལོར་དུགས་པོ་རིན་པོ་ཆེས་དུགས་ལྷ་སྐམ་པོར་བཞུགས་གནས་མཛད། ཁྱི་ལོ་༡༡༥༥པའི་ས་སྟག་ལོར་ཕག་གུ་རྩོ་རྩེ་རྒྱལ་པོས་ལྷོ་ཁར་གདན་ས་ཐེལ་བཏབ། ཁྱི་ལོ་༡༡༥༥ལོར་ཀ་དམ་པ་བདེ་གཤེགས་ཀྱིས་ཁམས་སྡེ་དགེ་རྩ་ཀམ་ཐོག་དགོན་བཏབ། ཁྱི་ལོ་༡༡༦༥ལོར་ཀམ་པ་དུས་གསུམ་མཁུན་པས་ཁམས་ལི་ཐང་རུ་ཀོ་པོ་གངས་ར་དང་ཁྱི་ལོ་༡༡༧༥ལོར་མཚུར་ཕུ་དགོན་པ་བཏབ། ཁྱི་ལོ་༡༡༧༧ལོར་རྒྱལ་ཚ་རིན་ཆེན་མགོན་ཀྱིས་ཁོ་ཕུ་དགོན་བཏབ། ཁྱི་ལོ་༡༡༨༥ལོར་ཞང་བཙོན་འབྲས་གཤམ་པས་ཚལ་གྱི་དགོན་པ་བཏབ་ཅིང་ཁྱི་ལོ་༡༡༩༥ལོར་ཚལ་གྱི་ལྷ་ཆེན་བཞེངས། ཁྱི་ལོ་༡༡༩༥ལོར་འབྲི་གུང་འཇིག་རྟེན་གསུམ་མགོན་ཀྱིས་འབྲི་གུང་མཐིལ་གི་དགོན་པ་བཏབ། ཁྱི་ལོ་༡༡༩༥ལོར་སྟག་ལུང་བཀྲ་ཤིས་དཔལ་གྱིས་སྟག་ལུང་དགོན་པ་བཏབ། ཁྱི་ལོ་༡༡༩༧ལོར་སྤིང་རས་བརྒྱ་རྩོ་རྩེས་ལྷ་ཕུ་དགོན་པ་བཏབ། ཁྱི་ལོ་༡༡༩༩ལོར་ཡེལ་པ་ཡེ་ཤེས་བཙུགས་པས་བྱང་རྩ་རྩ་དགོན་བཏབ།
1201-1264	ཁྱི་ལོ་༡༢༠༥ལོར་ཁོ་ཕུ་ལོ་ལྷ་བས་སྟུན་དྲངས་ནས་ཁ་ཆེ་པའ་ཆེན་མུག་གི་བོད་རུ་བྱོན། ཁྱི་ལོ་༡༢༠༥ལོར་སོག་རྒྱལ་རིང་ལི་གི་འཛི་དམག་སོག་མར་བོད་རུ་འཁྱལ་བར་བཤད། ལོ་དེར་གཙང་པ་རྒྱ་རས་ཡེ་ཤེས་རྩོ་རྩེས་འབྲུག་སེ་བ་བྱང་ཆུབ་མིང་བཏབ། ཁྱི་ལོ་༡༢༠༥ལོར་གཡའ་བཟང་བ་ཆོས་རྩོན་གྱིས་གཡའ་བཟང་དགོན་བཏབ། ཁྱི་ལོ་༡༢༡༧ལོར་ཚལ་པས་རྟོར་ཡུལ་རུ་བོད་ཀྱི་སྤྲ་མ་ཁག་གཅིག་བཏང་བས་རྟོར་ཡུལ་རུ་ནང་ཆོས་དར་བའི་འགོ་རྒྱགས། ཁྱི་ལོ་༡༢༣༧ལོར་རྟོར་དམག་བོད་དབུས་གཙང་རུ་འབྱོར། ཁྱི་ལོ་༡༢༤༥ལོར་རྟོར་རྒྱལ་པོས་གདན་ཁུས་ལྷ་ར་ས་སྟུ་པའ་ཆེན་ཁུ་དཔོན་རྟོར་ཡུལ་རུ་ཐེབས་འགོ་བཙུགས། ཁྱི་ལོ་༡༢༥༥ལོར་ས་སྟུ་པའ་ཆེན་དང་། རྟོར་གོ་དན་རྒྱལ་པོ་གཉིས་མཛལ་འབྲད་གནང་། ཁྱི་ལོ་༡༢༥༩ལོར་ཡོན་རྒྱལ་རབས་གྱི་གོང་མ་རུ་ཕི་ལེས་འགོ་མགོན་ཆོས་འཕགས་སྤྲ་མར་བཀུར་ཞིང་བོད་ཆོས་ཁ་གསུམ་གྱི་བདག་པོར་དབང་བསྐྱར། ཁྱི་ལོ་༡༢༥༩ལོར་གུབ་ཆེན་ཀམ་པའི་རྟོར་ཡུལ་རུ་གདན་དྲངས་པར་རྟོར་རྒྱལ་རུ་ཕི་ལེ་དང་མཛལ།

ལ། ས་སྐྱ་པའི་དུས་རབས།

1265-1354

སྤྱི་འཛིན་སྐོམ་མཆན།	སྤྱི་ཕྱིར་ དུས	གསལ་བཤད།
འགྲོ་མགོན་ཆོས་ འཕགས།	1265-1280	སྤྱི་ལོ་༡༢༥༥པའི་ཤིང་སྤང་ལོར་འགྲོ་མགོན་ཆོས་འཕགས་བོད་དུ་ ཐེགས་ནས་བོད་ཡོངས་ལ་དབང་སྐྱར་བྱེད་པའི་སྤྱི་དབང་སྐྱོང་། སྤྱི་ལོ་༡༢༧༧ལོར་འགྲོ་མགོན་འཕགས་པས་ཆུ་མིག་ཆོས་འཁོར་ཞེས་ པའི་མང་འབྲེད་གཏོང་།
རིན་ཆེན་རྒྱལ་ མཆན།	1267-1275	འགྲོ་མགོན་འཕགས་པ་པེ་ཅིང་དུ་བཞུགས་རིང་ས་སྐྱའི་ཁྱི་ཁྱོད་ བྱས།
ཆེ་ཆེ་ལ་རྒྱུ་ཏ།	1280-1287	སྤྱི་ལོ་༡༢༧༧ལོར་རྟོར་དམག་གིས་བྱ་རྒྱལ་རྫོང་བཙོན་། དཔོན་ཆེན་ ཀུན་དགའ་བཟང་པོ་བཏོངས། སྤྱི་ལོ་༡༢༩༥ལོར་ས་འབྲི་འབྲུགས། འབྲི་གུང་རྒྱལ་རྒྱལ་གྱིས་དམག་དྲངས་ཏེ་ས་སྐྱའི་ཁོངས་གཏོགས་བྱ་ ལུ་དཔོན་པ་མེར་བསྐྱུགས།
འཇམ་དབྱངས་ རིན་ཆེན་རྒྱལ་ མཆན།	1287-1305	སྤྱི་ལོ་༡༢༩༥ལོར་རྟོར་དམག་དང་། མདྲོ་སྤོང་སྤང་གི་དམག་གིས་ འབྲི་གུང་ལ་དམག་བརྒྱབ་སྤེལ་བྱེད་ཀྱང་ཐེལ་གྱི་ལྷ་ཁང་ཆེན་མོ་མེར་ བསྐྱུགས། མི་ཁྱི་གཅིག་ཙམ་སྤྱི་གཏོར་བར་གྲགས།
བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་ བཟང་པོ་དཔལ།	1306-1324	ས་སྐྱའི་གཏུང་རྒྱུད་སྤེལ་པའི་ཆེད་དུ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་སྤྱི་ལོ་ ༡༣༠༥ལོར་བོད་དུ་གདན་དྲངས། བཅུན་མོ་དུག་ལ་བཞུགས་པས་ སྐུ་དང་སྐུ་མོ་བཅུ་དགུ་ཙམ་འཁྲུངས་པར་གསལ། སྤྱི་ལོ་༡༣༢༤ ལོར་བྱང་རྒྱལ་རྒྱལ་མཆན་མག་གྱའི་ཁྱི་དཔོན་བསྐྱོས།
མཁས་བཅུན་ནམ་ མཁའ་ལེགས་པ།	1325-1343	གཡའ་ཕག་གཉིས་ས་སྐྱ་ལ་བཞེར་བྱས། ས་སྐྱའི་དཔོན་ཆེན་རྒྱལ་བ་ བཟང་པོས་གཡོ་རྒྱས་བཏོན་ནས་ཁྱི་དཔོན་བྱང་རྒྱལ་མཆན་ བཙོན་དུ་བཟུང་། ཁོང་ལ་མནར་གཅོད་ཆ་བས་ཆེན་བཏང་ཡང་ མགོ་མ་སྤྱར།
འཇམ་དབྱངས་ དོན་རྒྱལ།	1343-1344	འཇམ་དབྱངས་དོན་ཡོད་རྒྱལ་མཆན་ནི་བཅུན་མོ་ཞལ་ལུ་མའི་ སྐུ་གཉིས་པ། སྤྱི་ལོ་དམ་པ་བསོད་ནམས་རྒྱལ་མཆན་གྱི་གཅིན་པོ་ ཡིན།
བླ་མ་དམ་པ་ བསོད་ནམས་རྒྱལ་ མཆན།	1345-1354	སྤྱི་ལོ་༡༣༤༥ལོར་ས་ཕག་འབྲུག་པས་ས་དམག་པམ། སྤྱི་ལོ་༡༣༤༩ ལོར་ཁྱི་དཔོན་བྱང་རྒྱལ་མཆན་གྱིས་དམག་དཔོན་བྱས་ནས་ དབུས་གཙང་པལ་ཆེར་དབང་དུ་བྱས། སྤྱི་ལོ་༡༣༥༤ལོར་ས་སྐྱའི་ སྤྱི་དབང་གི་མཁུག་རྫོགས།

2

ཀྱན་དགའ་ལེགས་ པ།	1448-1481	པག་གྲུའི་ཁྱིམ་ཚང་ནང་ཁྲལ་མི་མཐུན་པའི་ཚྭ་དུ་པ་ལངས་པ་ སོགས་ཀྱི་རྒྱུན་གྱིས་རྒྱུ་གཞིས་ཀྱི་དཔོན་རིགས་རྣམས་ཀྱང་ གོང་མ་རང་གི་ཚུགས་དང་། བདག་མོའི་ཚུགས་གཉིས་སུ་གྱུས་ ཏེ་ཕྱི་འཁྲུག་མེད་པ་ཁ་ཤས་བྱུང་། རིན་སྒྲུང་ནོར་བུ་བཟང་པོས་ མོ་སྐབས་དེ་དང་བསྐྱུན་ནས་གཙང་ཁྲལ་གྱི་ཡུལ་གྱི་ཕལ་ཆེན་ བདག་བཟུང་བྱས།
རྒྱན་སྒྲུང་གི་ དབང་པོ།	1481-1490	སྤྱི་ལོ་༡༤༨༤ལོར་དབུས་གཙང་ཀྱན་ཏུ་དམག་འཁྲུག་ཆེན་པོར་ ལངས་བལ་གོང་མ་འདི་ཉིད་སྤྱི་དཔོན་ཁོ་ན་གནང་སྟེ་བར་ འདུམ་བྱས་པས་གོང་ཆག་ཆེན་པོ་མ་ལེགས།
རིན་སྒྲུང་མཆོ་ སྤྱི་རྒྱུ་རྒྱུ།	1490-1499	རྒྱན་སྒྲུང་གི་དབང་པོ་སྤྱི་གཤེགས་པ་དང་། རིན་སྒྲུང་ས་ པས་ལོ་བརྒྱའི་རིང་ལ་སྤྱེའུ་གདོང་གི་དཔོན་ཆ་བྱས་པར་མོད་ སྤྱི་ལོ་རྒྱུ་མོག་འདི་ལ་དཔོན་ཆ་བྲེལ་གཏོང་གི་དུས་སྐབས་ ཞིས་ཟེར།
ངག་དབང་བཀྲ་ ཤིས་གཤེགས་པ།	1499-1563	སྤྱི་ལོ་1515-1522ལོའི་བར་རིན་སྒྲུང་ས་པས་བསྐྱུངས་པའི་ཕྱི་ འཁྲུག་རྒྱུན་མི་ཆད་པར་བྱུང་། སྤྱི་ལོ་1522-1538ལོའི་བར་དབུས་ གཙང་ཕྱི་འཁྲུག་མི་བྱེད་པའི་ཆེད་སྤྱི་བཞག། 1538-1565བར་། གཙང་ཕྱི་རྣམས་རིན་སྒྲུང་ས་པས་བཟུང་། སྤྱི་ལོ་1548ལོར་རིན་ སྒྲུང་ས་པས་ཞིང་ཤག་པ་གཞིས་ཅའི་རྒྱུ་དཔོན་ཏུ་བསྐྱོས།
རྒྱན་སྒྲུང་གཤེགས་ འབྱུང་བ།	1563-1572	སྤྱི་ལོ་1563ལོ་ཅན་ན་རྒྱན་སྒྲུང་གཤེགས་འབྱུང་བ་སྟེ་སྤྱི་ལོ་ ལ་བཀོད། སྤྱི་ལོ་1564ལོར་ཞིང་ཤག་པས་དམག་གི་ཏུ་འདྲེན་ གནང་སྟེ་རིན་སྒྲུང་ས་པའི་དབང་ཤུགས་བཅོམ།
ཞབས་རྒྱུང་ངག་ དབང་གཤེགས་པ།	1572-1617	སྤྱི་ལོ་ལྷན་གཤེགས་འབྱུང་བ་སྤྱི་གཤེགས་པ་དང་། ཞབས་རྒྱུང་ངག་ དབང་གཤེགས་པ་སྟེ་སྤྱི་ལོ་ལྷན་པའི་རྣམ་པ་ཅན་བཞགས། རོན་ ཏུ་དབུས་གཙང་གི་དབང་ཆ་ཕལ་ཆེར་ཞིང་ཤག་པ་ས་བུའི་ ལག་ཏུ་ཤོར། འདི་ལ་སྤྱི་ལོ་བཀུད་པ་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་ དང་། དེའི་སྤྱི་ལོ་མཐའ་བཅོད་རྣམས་སྤྱི་ལོ་ལྷན་པ་དེ་སྤྱི་ལོ་ ༡༥༩༩པའི་རྒྱུ་ལྷན་ལོར་རྒྱལ་བ་ལྷན་པས་དབྱིད་ཀྱི་རྒྱལ་མོའི་སྤྱི་ ཚེས་པའི་ལོ་དེར་ཞལ་བཞགས་ཡོད་པར་གསུངས།

བརྒྱད། དགའ་ལྷན་པོ་བྱང་གི་དུས་རབས།

1642-1959

སྤྱི་ཚུངས་མི་མཚན་	སྤྱི་ཚུངས་ དུས	གསལ་བཤད།
ཀྲུལ་པ་ལྷོ་བཟང་ཀྱ་ མཚོ།	1642-1679	སྤྱི་ལོ་༡༦༤༢ པའི་ཆུ་ན་ལོར་འབྲས་ལྗོངས་དཔོན་ལུན་ཚོགས་ ནམ་ཀྲུལ་གྱིས་འབྲས་ལྗོངས་རང་བཅན་ཀྲུལ་ཁབ་བཅུགས།
པལོད་ནམས་ཚོས་ འཕེལ།	1642-1658	ཕྱི་སྤྱི་ལོ་འདིར་བོད་བྱི་སྤྱི་ཚུངས་གི་ལས་ཀ་གཙོ་བོར་བྱས། ༡༦༥༨ལོར་ཕྱི་སྤྱི་ལོ་འདིར་གྲོངས་པ་དང་། དུས་དེར་རྩོག་ འཛིང་ཆེ་སྤྲེལ་ཚོས་སྤྱི་གཉིས་ལྷ་པ་ཆེན་པོ་རང་ཉིད་ གྱིས་བརྒྱུངས།
ཁོར་ལྷན་ཕྱིན་ལས་ ཀྱ་མཚོ།	1660-1668	དུས་འདིར་ཕྱི་དགེ་ཀྲུལ་པོ་ཀུན་དགའ་ལུན་ཚོགས་དང་ཀ་ ཚོགས་སྤྱི་གསལ་སྤྱི་པོ་ནམ་གཉིས་མ་འགྲིག་པ་སྤོང་ གསལ་དབུས་ཚོགས་སུ་ཐེབས་དཔོན་པར་བྱང་འདུག
ལྷོ་བཟང་མཁུ་སྟོབས།	1669-1674	ར་མོ་ཆེ་ཉམས་གསོ་དང་ཀྱ་བསྐྱེད། གནའ་རབས་བོད་ཀྲུལ་ པོ་ཆས་གོས་རིན་ཆེན་རྒྱན་ཆ་ཁྱུངས་སྤྱི་ལོ་འདིར་བྱས། ཤིང་སྟག་ཕྱི་སྤྱི་ལོ་ལས་ཐབས།
ལྷོ་བཟང་ཕྱིན་པ།	1675-1679	ནམ་ཀྲུལ་གྲུ་ཚང་གི་གཉེར་པ་ལྷོ་བཟང་ཕྱིན་པ་ཕྱི་སྤྱི་ལོ་ བསྐྱེད། དུས་དེར་ལ་དུགས་ལ་དམག་བརྒྱབ།
ཕྱི་སྤྱི་ལོ་ལས་ཀྲུས་ ཀྱ་མཚོ།	1679-1703	སྤྱི་ལོ་༡༦༨༨ལོར་ལྷན་གཞུང་འགྲེལ་ཆེན་པོ་ཐོན་ཚཱ་སྤྱི་ མཚོ་དང་། ༡༦༩༤ལོར་རྒྱ་བཞི་ཤིང་པར་བསྐྱོས། ལོ་དེར་རྒྱ་ བཞིའི་འགྲེལ་བཤད་བྱི་ཞལ་ཐང་དོན་དག་ཅན་འདི་འགོ་ བཙམས། ལྷགས་པོ་རི་ལ་སྤྱན་བྱི་འཛིན་གྱི་བཅུགས།
དག་དབང་རིན་ཆེན།	1703-1705	སྤྱི་ལོ་༡༧༠༥ལོར་ཕྱི་སྤྱི་ལོ་ལས་ཀྲུས་ཀྱ་མཚོ་ལོག་དམག་ གིས་བཀོངས། ཕྱི་སྤྱི་དག་དབང་རིན་ཆེན་རྒྱ་ནག་དུ་བྱོས།
ལོག་པོ་ལྷ་བཟང་།	1705-1717	ལོག་པོ་ལྷ་བཟང་ཉན་གྱིས་ལོ་བཅུ་གཉིས་རིང་བོད་སྤྱི་ བཅན་བཟང་བྱས། ལོ་ལྷ་བས་དཔྱད་རོགས་བྱས།
སྟག་ཆེ་ལྷ་ཀྲུལ་རབ་ བརྒྱ།	1717-1720	སྤྱི་ལོ་༡༧༡༧ལོར་སྟག་ཆེ་ལྷ་ཀྲུལ་རབ་བརྒྱ་བོད་བྱི་སྤྱི་ ཚུངས་གི་ཁྲི་ལ་འཁོད་ཀྱང་དོན་བྱི་དབང་ཆ་ལོག་པོ་རྒྱན་གར་ བས་བཟང་། རྩོམ་པོ་དང་། སྤྱན་གྲོལ་སྤྱི་ལོ་ལས་སྤྱི་ མཚོ་དཔོན་ཕྱི་ནམས་གཏོར་བཤིགས་ཚབས་ཆེན་བཟོས།

I

ཀླུ་བ་སྐལ་བཟང་ ཀྱ་མཚོ།	1720-1728	ཁང་ཆེན་བསོད་ནམས་ཀླུ་པོ་དང་། ར་མོད་རྩི་ཀླུ་པོ། ལུམ་པ་བཀ་ཤིས་ཀླུ་པོ། རྒྱུར་ར་སྒོ་སྐོས་ཀླུ་པོ་ནམས་ རིམ་བཞིན་བཀའ་སྒོན་བསྐྱོས། ༡༧༢༧ལོར་བཀའ་སྒོན་ སྒྲིགས་གཉིས་པར་འགལ་བ་ཅེར་སོན། ཁང་ཆེན་པ་བཟུང་། ཕོ་ལྷ་བ་ཡང་འདྲིན་གྲུས་བྱས་ཀྱང་མ་ཟིན། དེ་ནས་༡༧༢༨ ལོར་ཕོ་ལྷ་བས་ཀྱ་ནག་གིང་མ་ལ་དམག་དཔུང་གི་རོགས་ སྒྱུར་ཞུས། ཀྱ་དམག་གཅིག་ཁྲི་བཞི་སྟོང་ལྷ་བཀྱ་པོད་ཏུ་ འགྲུབ་བ་དང་། ར་ལུམ་རྒྱུར་གསུམ་གཅོས་པའི་དཔོན་ རིགས་ཉེར་གཅིག་ཉིན་གཅིག་ལ་སྒྲེ་བཅད། ཀླུ་བ་བསྐལ་ བཟང་ཀྱ་མཚོ་ཡབ་སྐུས་ནམས་ཁམས་མགར་ཐར་དགོན་ཏུ་ བཏང་། ཕོ་ལྷ་བ་པོད་ཀྱི་སྲིད་སྒྱུར་བསྐྱོས།
ཕོ་ལྷ་བསོད་ནམས་ སྟོབས་ཀླུ།	1728-1747	མན་རུ་གོང་མས་པོད་ཀྱི་ས་གནས་ཁག་བཞོས་བཏང་། པོད་ ཀྱི་སྲིད་སྒྱུར་གི་ལས་རོགས་ཀྱ་ཨམ་བན་མངགས་དགོས་ པའི་ལྷགས་སྟོལ་བཅུགས། ༡༧༤༠ལོར་ཁམས་ཕྱེ་དཔེའི་སྐར་ ཁང་བཞེངས་ཀྱ་དང་། བཀའ་འགྱུར་པར་ཤིང་བསྐྱེད་འགོ་ བཅུགས།
འགྱུར་མེད་ནམ་ཀླུ།	1747-1750	སྤྱི་ལོ་༡༧༤༧ལོར་ཀླུ་པོ་རང་ཀྱ་ཆེན་རབ་བརྟན་ཀླུ་པོ་དང་། ཀྱ་ནག་གི་དམག་དཔུང་པར་ལོ་རོ་གསུམ་ལ་དམག་འབྲུག་ བཀུབ། ཏུས་དེར་སྲིད་སྒྱུར་འགྱུར་མེད་ནམ་ཀླུ་དང་ཀྱ་ ཨམ་བན་མ་མཐུན་པས་སྤྱི་ལོ་༡༧༥༠ལོའི་པོད་ལྷ་བཅུ་པར་ ཀྱ་ཨམ་བན་གྱིས་འགྱུར་མེད་ནམ་ཀླུ་བསད། པོད་སྟོན་ ནམས་གྱིས་དེའི་དག་ལན་ཏུ་ཀྱ་ཨམ་བན་བསད། ཁྲོམ་ གཞིགས་སྐང་ཏུ་ཀྱ་དམག་བཀྱ་ལྷག་ཅམ་ཉིན་གཅིག་ལ་ བསད་པར་བཤད།
ཀླུ་བ་སྐལ་བཟང་ ཀྱ་མཚོ།	1750-1757	༡༧༥༠ལོའི་ལྷ་བ་བཅུ་གཉིས་པར་ཀྱ་ཨམ་བན་པན་ཉིས་པོད་ ཏུ་འགྲུབ། ཨམ་བན་བསད་མཁན་མི་བཅུ་གཉིས་བསད། མི་ མང་པོ་བཅོན་ཏུ་བཅུག་པོད་ཀྱི་སྲིད་དབང་ཀླུ་བ་བསྐལ་ བཟང་ཀྱ་མཚོས་བསྐྱུངས། ༡༧༥༡ལོར་བཀའ་ཤག་སྲིད་ གཞུང་དངོས་སུ་བཅུགས།

2

དེ་མོ་བདེ་ལེགས་རྒྱ་མཚོ།	1757-1777	༡༧༥༧ལོར་རྒྱལ་རྩིང་ཚ་ཁོ་རབ་བརྟན་རྒྱལ་པོ་དང་། རྒྱ་ནག་བར་དམག་འབྲུག་ལངས། ལོ་བཞི་ལོ་རིང་འབྲུགས་རྩིས། རྒྱལ་རྩིང་དང་རྒྱུ་བར་འདུམ་གཏམ་མཁན་སི་ཏུ་ཚོས་འབྲུང་གདན་ཞུས་པ་རྒྱུ་བར་མི་དཔལ་སྤངས་སུ་སྤོབས།
ཆོ་སྒྲོན་གླིང་ངག་དབང་རྒྱལ་ཁྲིམས།	1777-1781	སྤེལ་གཏོང་རྒྱལ་པོ་དབྱངས་ཅན་སྒྲོལ་མས་དུས་འདི་ཅམ་ན་འཁོར་ལོ་དགོན་པ་དང་། ཆོ་ཤོད་རྩིང་གསར་དགོན་པ་རྣམས་བཏབ།
རྒྱལ་བ་འཇམ་དཔལ་རྒྱ་མཚོ།	1781-1804	༡༧༩༡ལོར་ས་ལྷག་ལོར་ཉག་སྤེད་མགོན་པོ་རྣམ་རྒྱལ་འབྲུངས།
རྩ་ཆོག་བརྟན་པའི་མགོན་པོ།	1804-1811	སྤེལ་གཏོང་རྒྱལ་པོ་ཆོ་དབང་རྩོམ་ཞུགས་ལ་རྒྱལ་པོའི་སྤྲས་མོ་ཁབ་ཏུ་བཞེས་པས་སྤྲས་རྒྱུད་མ་བྱུང་སྤྲུབས། སྤྲས་ཡང་དབྱས་ནས་སྤེལ་རང་བྱོན་པའི་བུ་མོ་ཁབ་ཏུ་བཞེས།
དེ་མོ་ཐུབ་བརྟན་འཇིགས་མེད།	1811-1819	སྤྱི་ལོ་༡༨༡༥ལོར་རྒྱལ་བ་སྤྱི་ཤིང་དགུ་པ་ལྷང་རྩོགས་རྒྱ་མཚོ་དགུང་ལོ་བཅུ་གཅིག་པར་སྤྱི་བྱར་ཏུ་སྤྱི་གཤེགས།
ཆོ་སྒྲོན་གླིང་འཇམ་དཔལ་རྒྱལ་ཁྲིམས།	1819-1844	སྤྱི་ལོ་༡༨༢༠ལོ་ཅམ་ན་ཉག་སྤེད་མགོན་པོ་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་བྲག་འགོ་དཔོན་ལ་ཕུ་བོའི་ག་ལན་ལེན་པའི་ཆེད་དགུ་བརྒྱབ། མི་བསད། རྒྱ་འཕྲོག་པས། བྲག་འགོ་དཔོན་གྱིས་ལྷགས་ལ་རྒྱལ་པོ་བརྒྱུད་ཆིང་དམག་ལ་རོགས་སྤོར་ཞུས་པས་རྒྱ་དམག་ལྷ་བརྒྱ་བཏང་ཡང་མགོན་པོ་རྣམ་རྒྱལ་མ་ཐུབ། ༡༨༢༢ ལོར་ཏུ་ལའི་སྤུ་མ་སྤྱི་ཤིང་བཅུ་པ་གསེར་བུམ་དཀྲུགས་ནས་ངོས་འཛིན། ༡༨༤༤ལོར་བོད་བྱི་དཔོན་རིགས་རྣམས་ནང་འགལ་ཚབས་ཆེན་བྱང་བས་ཆོ་སྒྲོན་གླིང་དབང་ཆ་འཕྲོག་སྤོས་གཞིས་གཞུང་བཞེས་བྱས།
པུ་ཆེན་བརྟན་པའི་ཉི་མ།	1844-1845	སྤྱི་ལོ་༡༨༤༤ལོར་པུ་ཆེན་བརྟན་པའི་ཉི་མ་ལྷ་སར་གདན་དྲངས་ཏེ་སྤེལ་དབང་ལྷ་བ་དགུའི་རིང་བསྐྱུངས།
རྩ་སྤྲིང་ངག་དབང་ཡེ་ཤེས།	1845-1855	སྤྱི་ལོ་༡༨༤༥ལོར་བྲག་གཡལ་ཞིབ་དབྱེད་ཏུ་བཀའ་སྤྱོན་བཤད་སྤྱོད་པ་ཁམས་སྤོགས་སུ་ཕེབས། སྤེལ་གཏོང་གཉེན་ཆེན་དགེ་ལེགས་བྲག་གཡལ་ཏུ་བཏང་། ༡༨༤༧ལོར་ཉག་སྤེད་བུ་ལོང་མས་ཉག་སྤེལ་ཡོངས་རྩོགས་དབང་ཏུ་བརྟུས།

0

རྒྱལ་བ་ཐུབ་བསྟན་ རྒྱ་མཚོ།	1895-1904	སྤྱི་ལོ་༡༩༠༤ལོར་སོག་པོ་ནང་རྒྱལ་བ་ཐུབ་བསྟན་པ་ཆེན་པོ་ལོ་སོག་ཏུ་ཕེབས་གྲུབ་མཛད་སྐབས། བཀའ་ཤག་ནས་བཀག་འཁོག་བྱས་པས་ཕེབས་མ་ཐུབ།
ཁྱི་ཆེན་སྐོ་བཟང་རྒྱ་ མཚོ།	1904-1909	རྒྱ་ལའི་སྤྱ་མ་སོག་ཡུལ་དུ་ཉེན་བྱོལ་ཕེབས་རྒྱུ་སྤྱོད་གི་ ལས་ཚབ་གནང་།
ཆེ་སྤྱིང་ངག་དབང་ རྒྱལ་མཚན།	1910-1912	རྒྱ་ལའི་སྤྱ་མ་རྒྱ་གར་དུ་བོས་བྱོལ་ཕེབས་རྒྱུ་ཚབ་ མཛད།
རྒྱལ་བ་ཐུབ་བསྟན་ རྒྱ་མཚོ།	1912-1933	རྒྱ་གར་ནས་ཕྱིར་བོད་དུ་ཕེབས་རྒྱུ་སྤྱོད་ཐབས་ལ་མ་ གསར་བཅོས་འགོ་བཙུགས། སྤྱི་ལོ་༡༩༡༤ལོར་དམག་སྐར་ གསར་འཛུགས་གནང་། དེ་རྒྱུ་རིམ་བཞིན་ཁིང་ལས་ དང་། བཟོ་ལས། ཚན་རིག་གིས་ལས་ཀ་སྐོར་ལ་དོ་སྣང་ ཆེས་ཆེར་གནང་། སྤྱི་ལོ་༡༩༢༤ལོ་ཡས་མས་ཅམ་ནས་པ་ བོད་ཁ་པ་ལ་དོལ་རྒྱལ་དར་སྤེལ་སྐོར་ལ་དམ་བསྟུགས་ གནང་། སྤྱི་ལོ་༡༩༣༣ལོར་རྒྱུར་དུ་ག་གིས་སྤྱ་གཤེགས།
རྩ་སྤྱོད་འཇམ་དཔལ་ ཡེ་ཤེས།	1934-1940	ལུང་ཤར་བས་སྤྱོད་ཚུགས་ཀྱན་མཐུན་ཞེས་པའི་གསར་པའི་ སྤྱིག་འཛུགས་ཤིག་བཙུགས། བོད་དམངས་གཙོའི་སྤྱོད་ གཞུང་འཛུགས་དགོས་པའི་དགོངས་འཆར་བཏོན་སྐབས། ལུང་ཤར་བ་བཅོན་དུ་བཙུག་ཅིང་མིག་གཉིས་བཏོན། ༡༩༣༤ལོར་རྒྱ་ལའི་སྤྱ་མའི་ཡང་སྤྱོད་ངོས་འཛིན་པ་དེལ་ བསྟུགས་གནང་།
སྤྱི་བྱུང་ངག་དབང་ གསུང་རབ།	1941-1950	༡༩༤༤ལོར་གོ་མིང་ཏང་གི་དཔུང་གིས་ཐུན་དབང་སོགས་ གྲང་བྱན་ཏང་དང་འབྲེལ་ཡོད་བྱི་མི་ལྷན་ཁུངས་འཛིན་ བཟུང་དགོས་པའི་རྒྱ་བྱུང་བཀའ་ཡིག་སྤྱུར། ༡༩༤༦ལོར་རྩ་ སྤྱོད་འཛིན་བཟུང་བྱས་མཐར་བཏོངས། ཟླ་བ་༡༠པའི་ཆེས་ ༡ཉེན་གྲང་དུ་མི་དམངས་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་དབུ་བརྟེས།
རྒྱལ་བ་བསྟན་འཛིན་ རྒྱ་མཚོ།	1950-1959	༡༩༥༠ལོར་ཟླ་༡༠པའི་ཆེས་༡ཉེན་བོད་བྱི་ཚོས་སྤྱོད་གཉིས་བྱི་ དབང་ཆ་རྒྱལ་བ་སྤྱོད་བཙུ་བཞི་པས་བཞེས། ༡༩༥༤ལོར་ རྒྱལ་པའ་གཉིས་སོགས་བོད་བྱི་སྤྱ་ཆེན་དང་དཔོན་རིགས་ རྒྱུ་ཁུངས་ཁག་ཤིང་དུ་ཕེབས་ནས། མའོ་ཀྲུའི་སོགས་ གྲང་དབུང་གི་འགོ་བྟོན་རྒྱུ་རྒྱུ་དང་མཛུགས།

ས་བཅད་དགྲ་པ། ཐོད་ཀྱི་ཚྭ་མ་སྒྲུང་གྲགས་ཅན།

གཅིག །ལོ་རྒྱུས་རྒྱུ་ལྡན་ཅན་གྱི་ཚྭ་མ་སྒྲུང་།

ལོ་རྒྱུས་དང་འབྲེལ་བའི་ཚྭ་མ་སྒྲུང་ཟེར་བ་དེ་བརྗོད་གཞི་མི་དང་། འོན་ཀྱང་དངོས་པོ་ཡོད་ན་འང་དེའི་གནས་ཚུལ་ལ་སྒྲོ་འདོགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་སྟོན་རག་གི་ཚྭ་མ་སྒྲུང་གསར་བཙུགས་བྱས་ཡོད་པ་འདི་དག་ནི། བསྟོད་ལུལ་ལ་རབ་བཏགས་ཀྱི་བསྟོད་པས་མི་ཡི་རྣམ་པ་ལས་བཀལ་ཏེ། ལྷ་ཡི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ངོ་མཆར་བརྗོད་པ་དང་། སྒྲུང་པའི་ལུལ་ལ་འང་རབ་བཏགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་མི་ཡི་སྟོད་པ་ལས་བཀལ་བའི། བརྟན་འདྲེའི་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་གྱི་རྣམ་པ་བརྗོད་པ་འདི་དག་ལ་ལྷ་སྒྲུང་ཞེས་ཟེར། མི་དང་འོན་ཀྱང་གང་གི་རང་བཞིན་བརྗོད་པ་ནི་ལོ་རྒྱུས་དངོས་ཀྱི་ཡིག་ཆར་ཡིན། །

༡ སྤྱིང་གེ་སར་གྱི་སྒྲུང་། སྤྱིང་རྗེ་གེ་སར་རྒྱལ་པོ་ཟེར་བ་འདི་གྱི་ལོ་རྒྱུས་རབས་བརྒྱ་གཅིག་པའི་ནང་། ཁམས་སྤྱིང་ཆར་གི་ལུལ་རུ་བྱུང་པའི་ལོ་རྒྱུས་མི་སྣ་ཞིག་ཡིན། ཁོང་ནི་གནའ་པོའི་ཁམས་པའི་རང་གཤིས་ཅན་གྱི་དཔའ་བོ་མི་སྣ་ཞིག་བྱུང་བ་རེད། ཁོང་གི་ལོ་རྒྱུས་ལ་བརྟུམ་ན་སོག་པོ་རིང་གྱི་ས་ཏན་དང་། མི་ཉག་ག་ཚུ་རྒྱལ་པོ། ཉག་རོང་མགོན་པོ་རྣམས་རྒྱལ་སོགས་རྣམས་དེའི་དཔའ་བོ་རྣམས་དང་རྒྱུ་ལྡན་ཏ་ཅང་འདྲ་པོ་ཡོད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་ཁོང་གི་མཛད་སྤྱོད་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དངོས་པོ་རྣམས་ཁ་རྒྱན་ལས་ཡིག་ཐོག་རུ་འཁོད་པ་ཤིན་ཏུ་དཀོན་སྟབས། དེའི་རྗེས་སུ་བྱུང་བའི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱིང་སར་གྱི་མཛད་རྗེས་རྣམས་བརྗོད་གཞི་གཙོ་བོར་བྱས་ཏེ། དཔའ་བོ་ལ་བསྟགས་བརྗོད་ཀྱི་ཚྭ་མ་སྒྲུང་རིང་མོ་འདི་བྱུང་ཡོད། དང་པོ་སྤྱིང་གེ་སར་རྒྱལ་པོ་སྟེང་ལྷ་ལུལ་ནས་མི་ལུལ་རུ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པ་དང་། སེམས་ཅན་གྱི་བདེ་སྦྱིད་བསྐྱེད་པའི་ཆེད་རུ་ཡོང་པའི་ལྷ་འི་རྣམ་འཕྲུལ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ཁོང་གིས་སྤྱོད་པ་བཞིའི་བརྟན་ཆེན་བཞི་སོགས། བརྟན་རིགས་ཁག་གི་རྒྱལ་ཁབ་མང་པོ་ཞིག་དཀར་པོའི་ཆོས་ལ་བཀོད་པའི་ཚྭ་མ་སྒྲུང་སྟོན་པོ་མང་པོ་བྲིས་ཡོད་པ་རེད། ཡོངས་གྲགས་གེ་སར་སྒྲུང་ཡིག་

ལ་གེ་སར་ལྟ་ཡུལ་དུ་བཞུགས་པའི་སྐབས་ཀྱི་སྤྱང་ལྟ་སྤྱིང་གཤམ་ཅི་དག་སྟོར། གེ་སར་སྤྱང་ལ་ལྟ་སྤྱང་ས་མིང་མེ་ཉྱག་ར་བ། གེ་སར་སྤྱིང་གི་རྒྱལ་སར་འཁོད་པའི་སྤྱང་རྟ་རྒྱག་ནོར་བུ་ཆ་བདུན། གེ་སར་གྱིས་གཞན་སྡེ་དབང་དུ་བསྐྱས་པའི་སྟོར་གྱི་བདུད་ཆེན་བཞི་དང་། རྩོད་ཆེན་བཅོ་བརྒྱད། རྩོད་སྒན་ཡང་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི། དུས་རབས་རིམ་གྱི་ནང་དུ་མཁས་པ་རྣམས་གྱིས་བཅུམས་པ་ཞིག་རེད།

༡ རྟོགས་བརྗོད་འདོད་འཛོལ་བ་ཙམ། རྩོམ་སྤྱང་འདིའི་མིང་ཆ་ཆང་ལ་བྱང་རྒྱལ་མཁས་དཔའི་རྟོགས་པ་བརྗོད་པ་ཞིང་། ཀུན་དུ་རང་ཉིད་འང་བ་གདུལ་བར་བྱ་བ་ཀུན་གྱི་འདོད་པ་འཛོལ་བའི་བ་ཙམ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། ཞེས་བྲེལ། རྩོམ་སྤྱང་འདི་རྩོམ་པ་པོ་ནི་ཀམ་པ་སྤྱི་བུ་བཅུ་པ་ཆོས་དབྱིངས་རྩོ་རྩེ་ཡིན། བརྗོད་དོན་གཙོ་བོ་ཆོས་དབྱིངས་རྩོ་རྩེའི་རང་རྣམ་དེ་ལོ་རྒྱུས་རྒྱལ་ཁྲོད་སྤྱི་བུ་ཉེ། རྩོ་ལོའི་དུས་རབས་བཅུ་བདུན་པའི་ནང་དུ་བྱང་པའི་དབྱུས་གཙང་འབྲུག་པ་བྱང་བ་དང་། དབྱུས་དམག་དང་སྟག་དམག་དབྱང་བསྐྱེད་ཀྱིས་གཙང་པའི་རྒྱལ་སྤྱི་བཅོམ་པ། དུས་དེར་ཀམ་པ་རང་ཉིད་འཇང་ཡུལ་དུ་བྱོས་བྱོལ་བྱིན་པ་སྟགས་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དེ་དག་རྩོམ་སྤྱང་དུ་བཀོད་ནས། མི་སྣ་གཙོ་བོ་རྣམས་གྱི་མིང་བསྐྱར་ཉེ་འདིག་ཉེན་དབང་ལྷག་དང་། ཆོས་གྱི་དབང་ལྷག ཀུན་དུ་བཟང་པོ་སྟགས་དང་། ཉང་གྱི་རྒྱལ་སྒན་དང་། དབྱུས་གྱི་རྒྱལ་སྒན་སྟགས་མིང་གི་ཆ་ཤས་བཀོད་པ་དང་། འཇང་དང་། ཡུར་གྱུ། རྒྱ་ནག་སྟགས་གྱི་ས་ཆ་རྣམས་མིང་དངོས་བཀོད་ནས་བྲིས་ཡོད་ཞིག་རེད། 《རྟོགས་བརྗོད་འདོད་འཛོལ་བ་ཙམ》 བརྗོད་དོན་གྱི་རྒྱལ་ཁྲོད་ས་ཀམ་པའི་སྤྱི་ཆོས་སྟོན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་འབྲེལ་བ་དང་། དབྱུས་གཙང་འབྲུག་པས་བོད་ཁམས་གྱི་གནས་ཚུལ་འགྱུར་ལྡོག་འོག རང་ཉིད་འཇང་ཡུལ་དུ་ཡུལ་བྱོལ་བྱིན་པའི་སྟོར་ཡིན། རྩོམ་པའི་ཡུལ་རྒྱལ་ཐང་། 《རྟོགས་བརྗོད་ཀ་ལ་པིང་གའི་ལམ་སྤྱི》 བརྗོད་དོན་རྒྱལ་ཁྲོད་ས་གཙོ་བོ་ཀམ་པ་རི་བོ་བྱ་རྒྱང་ལ་སྟགས་སྟགས་མེད་རྒྱལ་ཁམས་འགྲིམས་ནས། དཀའ་ངལ་མང་པོ་དང་བས་བཞེས་པའི་སྟོར་ཡིན། རྩོམ་པའི་ཡུལ་རྩོ་རྩེ་གཡུ་སྟོན་གྱི་གངས་རིའི་འདབ། 《རྟོགས་བརྗོད་

ཆོས་ཀྱི་ར་བོ། བརྗོད་དོན་གཙོ་བོ་སྤྱི་ཆོ་སྤྱད་ཀྱི་ནམ་ཐར་བོད་མེ་པ་གཞུང་གིས་
 རི་ལྟར་ཕྱིར་གདན་ཁྱུས་བྱས་པ་དང་། དབུས་སུ་ཐེབས་ཤིང་རྒྱལ་བ་ལྟ་བུ་ཆེན་
 བོ་དང་ཞལ་འཇལ་ཞིང་། སྤྱོད་ལུང་མཚུར་ཕུ་དགོན་སྤར་ཡང་བདག་ཏུ་བཞེས་
 པའི་སྒྲོར་ཡིན། ཚུམ་པའི་ཡུལ་སོ་བྱང་སོ་རྒྱལ།

༡ བྱ་སྤྱེལ་གཏམ་རྒྱུད། སྤྱང་འདྲིའི་ལོ་རྒྱུས་རྒྱབ་སྐྱོངས། སྤྱི་ལོའི་དུས་རབས་
 བཙོ་བརྒྱད་པའི་མཇུག་ཏུ་བོད་དང་གོར་ཁ་དམག་འབྲུག་ཤོར་ནས། གོར་དམག་
 སྤྱོ་བྱར་དུ་བོད་ནང་འཇུག་ནས་གཉའ་ནང་དང་། རྩོད་ཤར། སྤྱིད་རྩོད་། རྩོད་
 དགའ་བཅས་རྩོད་འགོ་བཞི་བཟུང་བའི་རྟ་ཟམ་འབྱོར་པ་དང་། གཙང་མདའ་
 དཔོན་ལྷང་ལོ་ཅན་དང་། རྩོད་དགའ་དང་། སྤྱིད་རྩོད་ཚུགས་ཀྱི་འགོ་འདོམས་པ་
 མདའ་དཔོན་པད་ཆལ་བ་བསྐོ་བཞག་གནང་། ལྷགས་ཀྱི་སྤྱི་ལོ་༡༧༩༠ལོའི་ལྷ་བ་
 རྒྱལ་པའི་ཆོས་༡༧ཉེན་ཀྱི་དགོང་མོར་ལྷ་ཆེན་དབང་ལྷག་གི་འཁྲབ་སྟོན་བྱས་ཤིང་
 རྒྱ་རྒྱ་མང་པོར་བཟོས། ལྷམ་ས་ཉེབ་དང་། བོད་ཀྱི་བཀའ་སྟོན་བསྟན་འཛིན་
 དཔལ་འབྱོར་བྱར་མཇལ་བྱས་པ་དང་། བསྟན་སྤྱིང་རྩོ་སྤྱོ་འགྲམ་དུ་འབྱོར་མ་
 ཐག་ཆང་མ་འཛིན་བཟུང་བྱས། གཉའ་ནང་གི་བཀའ་མདའ་ཆང་མ་གཡོ་ཐབས་
 ཀྱིས་འཛིན་བཟུང་བྱས། བོད་དམག་རྣམས་ཀྱིས་རང་སྟོག་སྒོས་བཏང་སྟེ་འཐབ་
 འཛིངས་བྱས་ཏེ་ཤི་ཆས་གང་མང་བྱང་རྩེས། བཀའ་མདའ་གསུམ་དང་། རྒྱ་
 དཔོན་མང་དང་། ཁྲིན་གཉིས་བཅས་གོར་དམག་གིས་བལ་ཡུལ་དུ་བྲིད་པའི་ལོ་
 རྒྱུས་དེ་རེད། རྩོད་བྱེད་ཀྱི་དག་སྒྲོར་ཚུམ་སྤྱང་ཡིན་པ་དང་། དེ་ལས་སྐབས་དེའི་
 མི་སྣ་རྣམས་བྱ་དང་། རྩེའི་གཟུགས་སུ་བཀོད་ཅིང་། བྱ་ལ་བྱ་རིགས་སོ་སོའི་
 མིང་དང་། རྩེ་རྣམས་ལའང་རང་གི་མིང་དང་། ཐན་ཚུན་བཀོ་སྤྱོད་བྱས་པའི་
 སྒྲོར་བྱིས་པ་ཞིག་རེད།

གཉིས། རྟོག་བཟོའི་ཚུམ་སྤྱང་།

༡ བྱ་དཔེ་བྱིས་སྤྱང་། བྱ་དཔེ་བྱིས་སྤྱང་ལ་རྒྱས་བཤུས་མང་པོ་ཡོད་ཀྱང་གཙོ་
 བོ་བྱ་རིགས་རྣམས་ཀྱིས་ཆོས་སྟོན་ཚུལ་ཡིན། དེའང་མི་པལ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཆོས་
 ཀྱི་དོན་གོ་སྒྲ་བའི་ཆེད་དུ་པལ་སྐད་ཁོ་ནའི་ཐོག་དུ་ཆོས་བཤད་བྱས་པ་ཞིག་རེད།

བྱ་དཔེ་བྱིས་སྤང་ལ་ཚོས་ཚན་མང་པོ་ཡོད་སྟབས། འགའ་ཞིག་ནི་གཅན་གཟན་
དང་། རི་དྲགས་ནམས་ཀྱི་ཚོས་བཤད་ཚུལ་ཡང་ཡོད་པ་རེད།

༩ རྒྱ་མེད་ཀྱན་ལྡན། འདི་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱིང་སྟོབས་ལྷན་དྲུལ་
བསྐྱགས་ཀྱི་ཆེད་དུ། ལྷན་དང་། ཡོངས་སྤྱོད། བྱ་དང་ཆུང་མ་སོགས་སྤྱིན་པ་
གཏོང་མོད་པའི་རྟོག་བཟོའི་ཚོམ་སྤང་ཞིག་རེད།

༡༠ འདས་ལོག་སྤྱིང་བཟའ་ཚོས་སྤྱིད་ཀྱི་ནམ་ཐར། སྤྱིང་བཟའ་ཚོས་སྤྱིད་ཤི་
ནས་དཔུལ་བའི་ཡུལ་དུ་བྱ་ར་བྱས་པའི་སྤང་ཞིག་རེད། བྱང་དོན་གཙོ་བོ་མ་རང་
མ་ཤི་པའི་སྟོན་ལ་རྒྱ་ལོར་ནམས་ཚོས་སྤྱགས་སུ་མ་བཏང་། འཆི་ཁར་བཟའ་ཟླ་ལ་
ཁ་ཆེམས་བྱས་ཏེ་གཡུ་བྱར་དང་། རྒྱན་གོས་ནམས་སྤྱིད་བུ་མོ་ལ་བཞག་ཅིང་།
སྤྱིད་ཚོས་སྤྱགས་སུ་གཏོང་དགོས་པའི་རེ་བ་དོན་འབྱུང་མ་བྱུང་བ་དང་། དེ་ནས་
ཡ་ལྟག་སྤྱོད་མོ་ཤི་ནས་དཔུལ་བར་སྤྱི་བ་ལ་སྤྱིང་གི་སར་ར་མདའ་ཕེབས་ནས་དག་
ཞིང་དུ་འདྲེན་ཚུལ་ཀྱི་སྤང་ཞིག་རེད། དཔེ་ཆ་འདིའི་མིང་གཞན་ལ་དཔུལ་སྤྱིང་
ལུན་པ་རབ་གསལ་ཟེར། །མི་མ་ཤིའི་སྟོན་ལ་རྒྱ་ལོར་ཚོས་སྤྱགས་སུ་གཏོང་དགོས་
པའི་སྤུལ་སྤྱོད་ཞིག་རེད།

༡༡ ཤར་དྲགས་པོ་བཀྲ་ཤིས་ནམ་རྒྱལ་ཀྱི་ནམ་ཐར། འདིའི་བྱང་དོན་གཙོ་བོར་
དྲགས་པོ་བཀྲ་ཤིས་ནམ་རྒྱལ་ཟེར་བ་ཞིག་ཤི་ནས་འདས་ལོག་བྱུང་བ་དང་། དེས་
དཔུལ་བའི་གནས་སུ་སྤྱོད་པའི་མི་མང་པོ་སྤྱག་བསྐལ་སྤྱོད་བཞིན་ཡོད་པ་དེ་དག་
གིས་རང་གི་བྱིས་མི་ནམས་ལ། གཤིན་ཆ་བསྐྱར་ནས་ཁོ་ཚོའི་སྤྱག་བསྐལ་དེ་དག་
ཞི་བའི་ཆེད་དུ་དག་བ་བསྐྱབ་དགོས་པའི་རེ་འབོད་བྱས་ཡོད་པའི་སྤང་ཞིག་རེད།
སྤང་འདིའི་ནང་དུ། དཔུལ་བའི་གནས་སུ་ཕེབས་ནས་གཤིན་པོ་ནམས་དག་པའི་
ཞིང་དུ་འདྲེན་མཁན་ཀྱི་སྤྱོད་མ་ནམས་ནི་རྟིང་མ་དང་། བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་སྤྱོད་ཤི་སྤྱག་
ཡིན་འདུག་པས་ཚོམ་པ་པོ་རྟིང་མ་པའི་སྤྱོད་མ་ཞིག་དང་། ཡང་ན་རྟིང་ཞེན་ཆེ་
བའི་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་སྤྱོད་མ་ཞིག་ཡིན་པར་ངེས། ཚོམ་དུས་ནི་སྤྱི་ལོའི་དུས་
རབས་ཉི་ཤུའི་ནང་ཡིན་ངེས་ཏེ། དཔུལ་བའི་གནས་སུ་ཕེབས་ནས་འདྲེན་སྟོན་
སྤྱིད་མཁན་ཀྱི་སྤྱོད་མ་ནམས་ལས་ཀོང་སྤུལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་ཡོད་ཚུལ་བྱིས་འདུག།

བཅུམས་པའི་དམིགས་ལུལ། མི་ཤི་བའི་རྗེས་སུ་རྒྱ་ཁོར་རྣམས་བྲམ་པ་དང་། དགོན་པ་ལ་སྤུལ་དགོས་པའི་འཕོད་སྤུལ་ཞིག་རེད།

༥ གཡུ་ཐོག་རྟིང་མའི་རྣམ་ཐར་བཀའ་རྒྱ་མ། འདི་ནི་ཐོད་རྒྱལ་ཁྲི་སྤྱང་ལྡེའུ་བཅོན་སྐབས་སུ། ཐོད་ལ་སྤྲོན་པ་གཡུ་ཐོག་རྟིང་མ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ་ཟེར་བ་ཞིག་བྱང་བའི་རྒྱང་ཞིག་ཡིན། རྒྱང་དེའི་ནང་བཟོད་བྱ་གཙུག་པོ་ལྷོ་རྩེ་རྩེ་ནས་གསོ་རིག་རྒྱུད་བཞི་རྒྱ་གར་ནས་བྱུང་ཡོང་བ་དང་། རྒྱུད་བཞི་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ཡིན་པ་ཚུམས་རྒྱུད་ལོ་རྒྱས་ཀྱི་རྣམ་པ་བྱས་ནས་བཤད་ཡོད། འོན་ཀྱང་རྒྱུད་དེའི་ནང་དུ་ཡོད་པའི་མི་སྣ་པལ་ཆེར་བ་ནི། བསྟན་པ་སྤྱི་དར་སྐབས་ཀྱི་མི་ཡིན་པ་དང་། གཡུ་ཐོག་རྟིང་མས་སློབ་མ་རྣམས་ལ་བསྐྱབ་དགོས་པའི་གསོ་རིག་གི་དཔེ་ཆ་གཏན་འབེབ་བྱས་པ་རྣམས་པལ་ཆེར། བསྟན་པ་སྤྱི་དར་སྐབས་ཀྱི་དཔེ་ཆའི་མིང་ཤ་སྟག་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། རྒྱུད་འདི་བཅུམས་པའི་དམིགས་ལུལ། ཟུར་མཁར་སློ་གྲོས་རྒྱལ་པོས་རྒྱུད་བཞི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ཡིན་ཟེར་མཁན་རྣམས་དགག་པ་གནང་བ་དེ་ལ་དགག་ལན་དུ། རྒྱུད་བཞི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཡིན་པར་རྒྱབ་བྱེད་ཀྱི་དཔང་ཉགས་རྒྱན་མ་ཞིག་བཟོས་པ་རེད།

༦ ཞ་ཁུ་བསྟན་པ། ཞ་ཁུ་བསྟན་པའི་རྒྱུད་ལ་རིགས་མི་འདྲ་བཅུ་སྟག་ཁ་ཤས་ཡོད། པལ་ཆེར་ཁོང་གིས་དཔོན་ངན་གྱི་གདུགས་རྒྱབ་ལ་གཡོ་ཐབས་ཀྱིས་འཁོན་ལན་སློག་སྟེ། མི་དམངས་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་རོགས་རམ་བྱས་པའི་སྟོང་བསམ་གྱི་རེ་སློན་མཆོན་བྱེད་ཅིག་རེད། དཔོན་ངན་རྣམས་ནི་ནམ་ཡང་འདོད་བྱེད་དང་གདུགས་རྒྱབ་ཆེ་བ། ཟ་འདོད་དང་གཡོ་སྐྱ་ཆེ་བ། ལས་འབྲས་བྱུང་གསོད་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ཞ་ཁུ་བསྟན་པ་ནི་རྒྱུད་ཀྱང་ལུན་པ། སློ་རིག་བཀྲ་བ། ལྟག་བསམ་ཆེ་བ། དཔལ་མཛུངས་དང་སྤྱིང་སྟོབས་ལུན་པ་ཞིག་ཡིན་སྟབས། མི་དམངས་ཀྱི་ཆེད་དུ། དཔོན་ངན་རྣམས་དང་འཐབ་ཚེད་བྱེད་མཁན་གྱི་མི་སྣ་ཞིག་བཟོས་ཡོད་པ་འདི་ནི། ལས་འབྲས་མེད་པའི་དཔོན་ངན་དེ་དག་དང་བདེན་དོན་ཚུན་ལུན་བྱེད་དགོས་པའི་རེ་སློན་ཞིག་ཡིན།

༧ མི་རོ་ཆེ་རྒྱུད་། འདི་ནི་རྒྱ་གར་གྱི་ཚུམ་རིག་ཐོད་ཡིག་དུ་བསྒྱུར་ཞིང་། ཐོད་

ཀྱི་འཆོ་བ་དང་སྐྱར་བའི་ཚྭ་རིག་གི་ཐ་སྟད། གང་འཆོམས་ནས་ཀྱབ་པའི་བསྐྱར་
 ཚྭ་ཞིག་རེད། བཟོད་དོན་གཙོ་བོ། དཔལ་མགོན་འཕགས་པ་ལྷ་སྐྱབ་ལྟོ་སྟོགས་
 དཔལ་གྱི་རི་ལ་བཞུགས་ཡོད་པའི་སྐབས་སུ། རྒྱལ་བུ་བདེ་བྱེད་བཟང་པོ་རུར་
 ཁྱོད་བསེལ་བའི་ཆལ་རུ་རོ་དངོས་ཀྱབ་ཅན་ལེན་སར་ཕྱིན་དང་། རོ་དངོས་ཀྱབ་
 ཅན་དེ་ཐོབ་པའི་ཆེད་རུ། དཀའ་ངལ་བྱད་གསད་ཀྱི་སྒོ་ནས་འབད་བཙོན་བྱས་
 པའི་སྐར་ཡིན།

འདི་དག་ནི་བོད་ཀྱི་ཚྭ་སྐྱར་གི་བསྟན་བཅོས་མཚོན་བྱེད་ཅན་ཡིན་ལ། ཆོས་
 རྒྱལ་ལོར་བཟང་ནམ་ཐར་། གཞོན་ཅུ་ཟླ་མེད་ཀྱི་རྟོགས་བཟོད། བྱ་མགྱིན་སྟོན་ཟླ་
 བའི་རྟོགས་བཟོད་སྟགས་ལུལ་བྱུང་གི་སྐྱ་ཆལ་ལྟན་པའི་ཚྭ་རིག་གི་དཔེ་ཆ་མང་
 པོ་ཡོད་པ་རེད། ཚྭ་སྐྱར་གི་རོ་བོ་དེལ་བསྐྱགས་དང་། རྩམ་པ་སྟན་ངག་གི་སྐྱར་།
 དམིགས་ལུལ་སྐབས་དེ་དང་དེའི་མི་རྩམས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་བསྐྱར་ཐབས། དེར་རུས་
 སྐད་རུ། མིའི་ཁྲུང་པ་འབྱུང་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ཤེས་ཤིག་ཡིན། །

ལེའུ་བརྒྱད་པ།

བོད་ཀྱི་གནའ་བུལ་གྲགས་ཅན་གྱི་བཤད།

ས་བཅད་དང་མོ། མོ་བྱང་དང་དགོན་རྩིང་སྐོར།

བོད་འདིར་རྒྱལ་ཕྱན་སིལ་མ་བཅུ་གཉིས་དང་སིལ་མ་བཞི་བཅུ་རྣམས་ཀྱི་སྐབས་
སྐྱེ་དང་རྒྱས་མངའ་རིས་ས་ཁྲལ་འདིར་ཞང་ཞུང་རྒྱལ་པོ་དང་། ཀོང་ཙེ་འབྲུལ་
རྒྱལ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱལ་ཕྱན་རྣམས་བཞུགས་གནས་ཀྱི་གོང་དང་། མོ་བྱང་སོགས་
ཡོད་པ། བོན་གྱི་གསེ་རིག་ཐུགས་འབྱམ་མཁའ་སྟོན་སོགས་ལས་གསལ་བ་དང་།
རྒྱལ་པོ་གནམ་གྱི་བྱི་བརྟན་གྱི་རྒྱས་རབས་ལ། བོད་ཡུལ་འདིར་བོན་གྱི་འདུ་གནས་
སོ་བརྟན་བཞེངས་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས། བོན་གྱི་ཆོས་འབྱུང་དག་ལས་གསལ་པོར་
གསུངས་ཡོད་ཀྱང་། དེར་རྒྱས་མཐོང་ཆོས་ཀྱི་ཡུལ་རུ་མ་གྱུར་སྐབས་འདིར་ངོ་སྟོན་
བྱ་ཐབས་བྲལ། འདིར་དེར་རྒྱས་མཐོང་ཆོས་སྐྱུར་པའི་བོད་ཀྱི་གནའ་བོའི་མོ་
བྱང་དང་། དགོན་པ་གྲགས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཁོ་བོས་གང་ཤེས་རྣམས་
ངོ་སྟོན་མདོར་བསྟུས་བྱ་རྒྱུ་ཡིན།

གཅིག་ཤོ་བྱང་གི་སྐོར།

༡ མོ་བྱང་ཡུམ་བྱ་བརྒྱ་སྐར་། མོ་བྱང་ཡུམ་བྱ་བརྒྱ་སྐར་ནི་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཐོག་
མ་གཉའ་བྱི་བཅོན་པོས་བཞེངས་པའི་མོ་བྱང་ཡིན། སྤྱི་ལོའི་སྟོན་གྱི་༡༩༠༠ལས་
མས་ཅམ་ན་ཡུལ་ལ་ཡུང་རུ་བཞེངས། དེར་རྒྱས་སྟེ་གདོང་རྫོང་ཁོངས་སྐྱེ་ཡོད།
༢ མོ་བྱང་ཕྱིར་བ་སྐྱག་ཅེ། ཕྱིར་བ་སྐྱག་ཅེ་ནི་རྒྱལ་པོ་གཉའ་བྱི་བཅོན་པོར་གྱུར་
རྗེས་ལོ་ཤས་རྗེས་སྐྱེ་བོད་ཀྱི་བྱི་མས་ཡིག་གཏན་འབེབས་བྱ་སྐབས་བཞེངས། ཕྱིས་
ཀྱི་རྒྱལ་རབས་རྣམས་པལ་ཆེར་དེར་བཞུགས། དེར་རྒྱས་འཕྱོངས་རྒྱས་རྫོང་
ཁོངས་སྐྱེ་ཡོད།

༣ མོ་བྱང་པོ་རྒྱ་ལ། མོ་བྱང་པོ་རྒྱ་ལ་ནི་བོད་རྒྱལ་སོ་གསུམ་པ་སྟོང་བཅོན་སྐམ་

པོས་ལྷགས་སྟག། སྤྱི་ལོ་༡༣༠༥ལོ་ཅན་ན་ལྷ་ས་དམར་པོ་རིའི་ཆེར་པོ་བྱང་བཞེངས་
ཤིང་རྒྱལ་ས་འཕྲོངས་རྒྱས་ནས་ལྷ་སར་སྟོན། དེ་ནས་བོད་བཅན་པོའི་སྐབས་ཀྱི་
རྒྱལ་རབས་རིམ་བྱོན་གྱི་པོ་བྱང་ཡིན། བོད་སེལ་བྱུང་འཛོམ་བའི་སྐབས་སུ་རྒྱལ་
བའི་སྤྱ་གསུང་བྲགས་རྟེན་རྣམས་བཞུགས་པའི་ལྷ་ཁང་དང་། དད་ལྡན་རྣམས་ཀྱི་
ཡོན་གྱི་དངོས་པོ་རྣམས་བསགས་པའི་བང་མཛོད་ལྷ་བྱ་ཞིག་ཆགས།

༤ རྩེ་གདོང་པོ་བྱང་། རྩེ་གདོང་པོ་བྱང་ནི་སོག་མར་ཕག་གྲུ་ཁྱི་དཔོན་རིམ་
བྱོན་གྱི་པོ་བྱང་ཡིན་ལ། སྤྱི་ལོ་༡༣༤༧ལོར་ཕག་གྲུ་བྱང་རྒྱབ་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་བོད་
ཡོངས་ཆོས་སྤྱིད་གཉིས་ཀྱི་བདག་པོར་གྱུར་སྟབས། བོད་ཀྱི་རྒྱལ་ས་རྩེ་གདོང་
ཆགས། རྩེ་གདོང་པོ་བྱང་རྒྱ་བསྐྱེད་དུ་བཏང་སྟེ་ཕག་གྲུ་མེ་སྤྱིད་རིམ་བྱང་གི་
བཞུགས་གནས་ཆགས་པ་རེད།

༥ བསམ་འགྲུབ་ཆེ་པོ་བྱང་། གཞིས་ཀ་བསམ་འགྲུབ་ཆེ་པོ་བྱང་ནི་སོག་མར་
གཞིས་ཀ་ཆེའི་ཚྭ་དཔོན་ཞིང་ཤག་པ་ཆོ་བརྟན་ངོ་རྒྱུ་པོ་བྱང་ཡིན། སྤྱི་ལོ་
༡༤༤༧ལོར་གཅང་པ་ཀམ་ལུན་ཆོགས་རྣམ་རྒྱལ་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོར་གྱུར་པར། དེ་
ནས་གཞིས་ཀ་ཆེ་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་ས་ཆགས་ཏེ་གཞིས་ཀ་བསམ་འགྲུབ་པོ་བྱང་བོད་ཀྱི་
དབང་མཆོན་བྱེད་ལྷ་བྱ་ཞིག་ཆགས། སྤྱི་ལོ་༡༤༤༧ལོར་གཅང་པ་རྒྱལ་པོའི་སྤྱིད་
དབང་ཤོར་ནས། སོག་པོ་གྲུ་ཤི་ཏན་གྱིས་རྒྱལ་བ་ལྷ་པ་ཆེན་པོ་བོད་ཀྱི་ཆོས་སྤྱིད་
གཉིས་ཀྱི་བདག་པོ་ལ་མངའ་གསོལ་བའི་མཛོད་སྟོ་ཡང་གཞིས་ཀ་བསམ་འགྲུབ་
པོ་བྱང་གི་ཆོམས་ཆེན་ནང་འཆོགས་ཡོད་པ་རེད།

༦ དགའ་ལྡན་པོ་བྱང་། དགའ་ལྡན་པོ་བྱང་ནི་འབྲས་སྐྱངས་སྤྱ་བྱང་འོག་མ་སྟེ་
རྒྱ་ལའི་སྤྱ་མའི་སྤྱ་བྱང་གི་མིང་ཡིན། སྤྱི་ལོ་༡༤༤༧ལོར་རྒྱལ་བ་སྤྱ་བྱང་ལྷ་པ་བོད་
ཀྱི་ཆོས་སྤྱིད་གཉིས་ཀྱི་བདག་པོར་གྱུར་པ་དང་བོད་ཀྱི་སྤྱིད་གཞུང་གི་མིང་ལའང་
བོད་གཞུང་དགའ་ལྡན་པོ་བྱང་ཞེས་གསོལ། འོན་ཀྱང་ཆོས་སྤྱིད་གཉིས་ཀྱི་ལྟེ་
གནས་གཙོ་བོ་ལྷ་ས་དང་། རྒྱ་ལའི་སྤྱ་མ་སྤྱ་བྱང་རིམ་བྱོན་དང་། སྤྱིད་རྒྱུང་
རིམ་བྱང་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆོས་སྤྱིད་ཀྱི་མཛོད་སྟོ་སྟེལ་བའི་པོ་བྱང་གཙོ་བོ་སྤྱར་ཡང་
པོ་རྒྱ་ལ་ཆགས།

༡) རྟོག་གྲིང་པོ་བྱང་། རྟོག་གྲིང་སྐལ་བཟང་པོ་བྱང་ནི་གྱི་ལོ་༡༧༥༠ལོར་རྒྱལ་བ་
 སྐུ་ཕྱེང་བདུན་པའི་སྐབས་སུ་བཞེངས་ཤིང་། དེ་རྗེས་རྒྱལ་བ་སྐུ་ཕྱེང་རིམ་བྱོན་
 གྱི་དབྱར་དུས་བཞུགས་གནས་གྱི་པོ་བྱང་ཡིན། བོང་གསལ་པོ་བྱང་འདི་དག་ནི་
 བོད་དུས་རབས་རིམ་བྱང་གི་བོད་གྱི་རྒྱལ་རབས་ཆམས་དང་། སྤྱིད་སྤྱོད་ཆམས་
 གྱིས་ཆོས་སྤྱིད་གྱི་ལས་སྒོ་དང་། རྒྱན་བཞུགས་གྱི་གནས་ལྷལ་གཙུག་པོ་ཡིན།
 གཞན་ཡང་མདོ་དབྱས་ཁམས་གསུམ་གྱི་ ལྷལ་གྱ་སོ་སོའི་འགོ་དཔོན་རིམ་པ་མི་
 འདྲ་བ་ཆམས་ཏེ། དབྱས་གཙང་ཕྱོགས་གྱི་སྤྱི་དཔོན་དང་། རྫོང་དཔོན་ཆམས་
 དང་། སྤྱོད་པ་དང་མདོ་ཁམས་ཕྱོགས་གྱི་རང་སྤྱེ་རང་སྤྱོད་གི་དཔོན་རིགས་
 ཆམས་ལ་རྒྱལ་པོ་ཞེས་འབོད་སྟོལ་ཡོད་པ་དཔེར་ན། གྱ་གེ་རྒྱལ་པོ་དང་། ལ་
 དུགས་རྒྱལ་པོ། རྩ་ཆེན་རབ་བརྟན་རྒྱལ་པོ། ལྷགས་ལ་རྒྱལ་པོ། རྩེ་དགེ་རྒྱལ་
 པོ། རྩང་ཆེན་རྒྱལ་པོ་ལ་སོགས་པ་རྒྱལ་ཕྱན་མང་པོ་ཡོད་པ་དེ་དག་གི་བཞུགས་
 གནས་ལ་ཡང་པོ་བྱང་ཞེས་འབོད་སྟོལ་ཡོད། རྫོང་དཔོན་དང་རྒྱལ་ཕྱན་དེ་དག་
 གི་པོ་བྱང་ཆམས་སལ་ཆེར་རིག་གནས་གསར་བརྗེ་ཆེན་པོའི་སྐབས་གཏོར་བཤེག་
 བྱས་ཟིན་པས་དེར་དུས་མཁར་ལྷལ་ཙམ་ལས་མཐོང་ཡས་མེད་པར་གྱུར།

གཉིས། དམག་མཁར་རྫོང་པའི་སྒོར།

བོད་ལྷལ་འདིར་ནང་ཆོས་དར་ནས་བརྒྱུད་ལོ་རྒྱུ་ཆོག་སྤྱོད་ལྷག་ཙམ་གྱི་ལ་མདོ་
 དབྱས་ཁམས་གསུམ་ན་དགོན་པ་སྤྱོད་ཆོ་མང་པོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་མ་ཟད། ད་
 རྒྱུད་བོད་གྱི་གནའ་བོའི་ཆོས་ལུགས་གྱི། བོན་པོའི་དགོན་པ་ཡང་མང་པོ་ཞིག་
 གསར་འདེབས་བྱུང་ཡོད། ལོ་རྒྱུས་ཐོག་དགོན་པ་རྫོང་ཤོས་འགའ་ཞིག་དང་།
 དགོན་པ་ཏ་ཅང་རྫོང་པ་མིན་གྱང་། དེར་དུས་གྲུབ་མཐའ་སོ་སོའི་མ་དགོན་གཙུག་
 བོར་གྱུར་པ་འགའ་ཞིག་རྩོད་ལྷ་རྒྱུ་ཡིན། ལྷ་ཁང་དང་དགོན་རྫོང་ཁག་ཅིག་
 ༡ བོད་རྒྱལ་པོའི་བཙུན་མོ་ཆམས་གྱིས་བཞེངས་པའི་ལྷ་ཁང་། སྤྱོད་བཙན་གྱི་
 བཙུན་མོ་དང་པོ་ཞང་ཞུང་བཟའ་ལི་ཐིག་སྒྲན་གྱིས། ཐེམ་བུ་སྒོག་གི་ལྷ་ཁང་
 བཞེངས། འདིར་བོན་ལུགས་ལྷ་ཁང་ཡིན་པར་གྲགས་ཤིང་རྗེས་སུ་བོད་ང་ཆོས་
 དར་རྒྱས་ཕྱིན་སྐབས་ལྷ་ཁང་འདིར་གཏོར་བཤེག་ཐེབས་པར་འདྲ། དེར་དུས་

མཐོང་ཆོས་སུ་མ་གུར། སྤྱི་ལོ་༥༥༠ལོར་བལ་བཟའ་ཁྱི་བཅུན་གྱིས་ལྷ་ལྷན་གཙུག་ལག་ཁང་འདི་ཉིད་བཞེངས་པ་དེར་དུས་བར་གནས་ཡོད། མི་ཉག་ཅུ་ཡོངས་བཟས་བྲག་ལྷ་མགོན་པོའི་ལྷ་ཁང་བཞེངས། མོང་བཟའ་ཁྱི་ལྷ་མ་གྱིས་བྲག་ཡེར་པའི་ལྷ་ཁང་བཞེངས། རྒྱ་བཟའ་ཀོང་རྒྱ་ལྷ་ག་ར་མོ་ཆེའི་ལྷ་ཁང་བཞེངས་ཡོད་པ་ནམས་ནི་རང་རང་གི་ལྷ་མཆོད་པའི་ལྷ་ཁང་ཡིན།

༢ བོད་ཀྱི་མཐའ་འདུལ་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་བཞི་། (1) ཁ་འབྲུག་ལྷ་ཁང་། སྤྱིང་བཅུན་སྐམ་པོའི་སྐབས་སུ་བཏབ། མཐའ་འདུལ་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་སྲིན་མོའི་དཔུང་འགོ་གཡོན་གནོན་པའི་ལྷ་ཁང་སྟེ། ལྷོ་ཁ་ཡར་སྤང་སྟེ་གདོང་རྩོང་ཁོངས་སུ་ཡོད། (2) དབུ་ཅུ་ཀ་ཆེལ་གྱི་ལྷ་ཁང་། མཐའ་འདུལ་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་སྲིན་མོའི་དཔུང་འགོ་གཡོན་གནོན་པའི་ལྷ་ཁང་སྟེ། མལ་གྱོ་གོང་དཀར་རྩོང་ཁོངས་སུ་ཡོད། (3) གཡས་ཅུ་གཙང་འབྲམ་གྱི་ལྷ་ཁང་། མཐའ་འདུལ་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་སྲིན་མོའི་དཔུང་འགོ་གཡོན་གནོན་པའི་ལྷ་ཁང་སྟེ། རྣམ་སྤྱིང་རྩོང་ཁོངས་སུ་ཡོད། (4) ཅུ་ལག་གྱོམ་པ་རྒྱང་གི་ལྷ་ཁང་། མཐའ་འདུལ་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་བཞིའི་ཡ་སྲིན་མོའི་དཔུང་འགོ་གཡོན་གནོན་པའི་ལྷ་ཁང་སྟེ། ལྷ་ཆེ་རྩོང་ཁོངས་སུ་ཡོད།

༣ ཡང་འདུལ་གྱི་ལྷ་ཁང་བཞི་། (1) ཀོང་པོ་བྲུ་རྒྱང་ལྷ་ཁང་། ཆོས་རྒྱལ་སྤྱིང་བཅུན་སྐམ་པོའི་སྐབས་བཞེངས། ཡང་འདུལ་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་སྲིན་མོའི་གྲུ་མོ་གཡས་པ་གནོན་པའི་ལྷ་ཁང་སྟེ། ཉིང་ཁྱི་རྩོང་ཁོངས་སུ་ཡོད། (2) ལྷོ་བྲག་ཁོ་ཐིང་ལྷ་ཁང་། ཡང་འདུལ་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་བཞིའི་ཡ་སྲིན་མོའི་གྲུ་མོ་གཡོན་པ་གནོན་པའི་ལྷ་ཁང་སྟེ། དེར་དུས་ལྷོ་བྲག་རྩོང་ཁོངས་སུ་ཡོད། (3) མང་ཡུལ་དགེ་རྒྱས་ལྷ་ཁང་། ཡང་འདུལ་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་སྲིན་མོའི་དཔུང་མོ་གཡོན་པ་གནོན་པའི་ལྷ་ཁང་སྟེ། རྒྱིད་རོང་རྩོང་ཁོངས་སུ་ཡོད། (4) བྱང་སྤ་ཆེའི་ལྷ་ཁང་། ཡང་འདུལ་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་བཞིའི་ཡ་

① སྤྱིང་བཅུན་སྐམ་པོའི་སྐབས་ཀྱི་མཐའ་འདུལ་གྱི་དམག་སྐར་བཞི།

② སྤྱིང་བཅུན་སྐམ་པོའི་སྐབས་ཀྱི་ཡང་འདུལ་གྱི་དམག་སྐར་བཞི།

སྲིན་མོའི་ལྷན་མོ་གཡས་པ་གཞོན་པའི་ལྷ་ཁང་རྟེ། དེང་རུས་འབྲོང་པ་རྫོང་
ཁོངས་སུ་ཡོད།

༤ རུ་གཞོན་གྱི་ལྷ་ཁང་བཞི^①། (1) ཁམས་སྟོང་ཐང་སྟོལ་མ་ལྷ་ཁང་། སྟོང་
བཅན་སྐམ་པོའི་རུས་སུ་བཏབ། སྲིན་མོའི་ལག་མཐེལ་གཡས་གཞོན་པ་ལ་ཁམས་
སྟོང་ཐང་སྟོལ་མ་ལྷ་ཁང་། དེང་རུས་སྡེ་དགེ་རྫོང་ཁོངས་སུ་ཡོད། (2) མོན་
རྒྱུར་རྩ་ལྷ་ཁང་། སྲིན་མོའི་ལག་མཐེལ་གཡོན་གཞོན་པ་ལ་མོན་རྒྱུར་རྩ་ལྷ་ཁང་།
དེང་རུས་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁོངས་སུ་ཡོད། (3) མཚལ་རིགས་སྟོལ་མ་ལྷ་ཁང་།
སྲིན་མོའི་རྒྱང་མཐེལ་གཞོན་པ་ལ་མཚལ་རིགས་སྟོལ་མ་ལྷ་ཁང་། དེང་རུས་
མངའ་རིས་ས་ཁུལ་རུ་ཡོན་དགོས། (4) ཚངས་པ་རྒྱང་གཞོན་གྱི་ལྷ་ཁང་།
སྲིན་མོའི་རྒྱང་མཐེལ་གཡོན་གཞོན་པ་ལ་ཚངས་པ་རྒྱང་གཞོན་གྱི་ལྷ་ཁང་། བལ་
ཡུལ་རུ་ཡོད།

གསུམ། ཆོས་ལུགས་པའི་དགོན་རྫིང་སྟོར།

༡ བསམ་ཡས་གཙུག་ལག་ཁང་། སྤྱི་ལོ་761ལོ་ཙམ་ན་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་སྟོང་ལྷེ་
བཅན་གྱིས་སྤྱིན་བདག་མཛད་ཅིང་སྟོབ་དཔོན་པདྨ་འབྲུང་གནས་དང་། མཁན་
པོ་བོ་རྒྱུ་མ་རྩ་གཉིས་ཀྱིས་ས་འདུལ་མཛད། ཐོད་འབངས་རྣམས་ལས་ལ་སྤུལ་
ནས་སྤྱི་ནང་རྟེན་དང་བརྟེན་པ་བཅས་བཞེངས།

༢ མངའ་རིས་མཐོ་ལྷིང་གསེར་གྱི་ལྷ་ཁང་། རབ་བྱུང་ལྔའི་གྱི་མེ་ཁྲིལ་སྤྱི་ལོ་1706
ལོར་ལྷ་སྤྱ་མ་ཡེ་ཤེས་འོད་གྱིས་མངའ་རིས་ས་ཁུལ་རུ་བཏབ།

༣ གཡས་རུ་དབེན་སའི་དགོན། རབ་བྱུང་དང་པོ་ཚུགས་ཁ་མའི་ཤིང་སྤང་སྤྱི་ལོ་
1794ལོར་སྤྱ་ཆེན་ནམ་མཁའ་གཡུང་རྒྱུང་གིས་བཏབ། ཐོན་གྱི་གྲུ་ཁྲ་སྤྱ་ཆེན་
གདན་ས་ཆེན་པོ་བཞིའི་ནང་ནས་གཅིག་ཡིན།

༤ ལྷོ་གྲོ་བོ་ལྷུང་གི་དགོན་པ། རབ་བྱུང་དང་པོའི་ལྷགས་འབྲུག་སྤྱི་ལོ་1040 ལོར་
མར་པ་ལོ་ཚུ་བ་ཆོས་ཀྱི་སྤོ་གྲོས་གྱིས་ལྷོ་བྲག་རྫོང་ཁོངས་སུ་བཏབ།

① སྟོང་བཅན་སྐམ་པོའི་སྐབས་ཀྱི་རུ་གཞོན་གྱི་དམག་སྐར་བཞི།

༥ མི་ལའི་གསལ་མཁར་དགུ་ཐོག །རབ་བྱུང་དང་པོའི་མེ་ཟུལ་གྱི་ལོ་1077ལོར་
མི་ལ་རས་པས་ལྷོ་བྲག་རྫོང་ཁོངས་སུ་བཏབ།

༦ དུགས་ལྷ་སྐམ་པོ། རབ་བྱུང་གཉིས་པའི་ལྷགས་སྐང་གྱི་ལོ་1121ལོར་དུགས་
ཟླ་འོད་གཞོན་ཅུས་རྒྱ་ཚྭ་རྫོང་གི་ཁོངས་སུ་བཏབ།

བཞི། ཟུབ་མཐའ་སོ་སོའི་མ་དགོན་རྣོང་།

【༡】 བོན་པོའི་མ་དགོན་པ་གཙུག་པོ།

1 སྐན་རི་དགོན། རབ་བྱུང་བདུན་པའི་ཤིང་བུ་གྱི་ལོ་༡༤༠༥ལོར་མཉམ་མེད་ཤེས་
རབ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་བཏབ། ད་ལྟ་གཞིས་ཀ་ཅེའི་ས་གྲོང་བྱིར་ནམ་གླིང་རྫོང་
ཐོབ་རྒྱལ་སྡེ་ཤོག་ཏུ་ཡོད།

2 རབ་ལགས་གཡུ་བྱུང་གླིང་། རབ་བྱུང་བརྒྱ་བཞི་པའི་ཤིང་ན་གྱི་ལོ་༡༤༩༤ལོར་
སྐང་སྟོན་ཟླ་བ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་བཏབ། ད་ལྟ་ནམ་གླིང་རྫོང་ཐོབ་རྒྱལ་སྡེ་ཤོག་གི་
ཁོངས་སུ་ཡོད།

【༢】 རྩིང་མ་བའི་དགོན་པ་གཙུག་པོ། རྩིང་མའི་དགོན་པ་གཙུག་པོར་སྟོད་ན་རྩོར་
སྐྱོན་དཔལ་གསུམ། སྐང་ན་ཀུང་པལ་རྫོགས་གསུམ་ཞེས་པའི་བགྲངས་སྟོལ་ཞིག་
དང་། ཡང་བགྲངས་སྟོལ་གཞན་ཞིག་ལ་སྟོད་ན་རྩོར་སྐྱོན་གཉིས། བར་ན་ཞི་
རྫོགས་གཉིས། སྐང་ན་ཀུང་པལ་གཉིས་ཞེས་བེར་སྟོལ་འདུག །གང་ལྟར་ཡང་
དགོན་དེ་ཐམས་ཅད་ད་ལྟ་བསྐྱར་གསོ་བྱུང་ཡོད་པ་རེད།

1 ཀུང་ཐོག་དགོན་པ། རབ་བྱུང་གསུམ་པའི་ས་ཡོས་གྱི་ལོ་༡༡༥༠ལོར་ཀ་དམ་པ་
བདེ་གཤེགས་གྱིས་ཁམས་སྡེ་དགེའི་ཀུང་ཐོག་ཏུ་བཏབ།

2 རྩོ་རྩེ་བྲག་དགོན་པ། རབ་བྱུང་བརྒྱ་གཅིག་པའི་རྒྱ་སྐྱེལ་གྱི་ལོ་༡༢༩༩ ལོར་བྱང་
བདག་རིན་འཛིན་ངག་གི་དབང་པོས་བོད་ཡུལ་དབུས་ལྷ་ཁ་ས་ཁུལ་གོང་དཀར་
རྫོང་ཁོངས་སུ་བཏབ།

3 དཔལ་ཡུལ་དགོན་པ། རབ་བྱུང་བརྒྱ་གཅིག་པའི་ཤིང་ཟུལ་གྱི་ལོ་༡༢༩༥ལོར་
རིག་འཛིན་ཀུན་བཟང་ཤེས་རབ་གྱིས་ཁམས་སྡེ་དགེ་དཔལ་ཡུལ་ཏུ་བཏབ།

4 སྐན་གྲོལ་གླིང་དགོན་པ། རབ་བྱུང་བཙུག་ཅིག་མེ་འབྲུག་ལོ་གྱི་ལོ་༡༢༧༥ལོར་

ཆོས་རྒྱལ་གཏིར་བདག་སྤིང་པས་གྲ་ནང་རྫོང་ཁོངས་སུ་བཏབ།

5 རྫོགས་ཆེན་དགོན་པ། རབ་བྱུང་བརྒྱ་གཅིག་མེ་འབྲུག་གྱི་ལོ་༡༩༥༥ལོར་རྫོགས་ཆེན་པརྩ་རིག་འཛིན་གྱིས་ཁམས་སྡེ་དགའི་རྩ་དམ་ལུང་པར་བཏབ།

6 རེ་ཆེན་དགོན་པ། རབ་བྱུང་བརྒྱ་གཉིས་པའི་ཤིང་སྟག་གྱི་ལོ་༡༩༥༧ལོར་རེ་ཆེན་རབ་འབྲམས་སྐུ་མེད་གཉིས་པ་འབྱུར་མེད་ཀྱན་བཟང་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་ཁམས་སྡེ་དགའི་བཏབ།

【༣】 ར་ལུ་བའི་དགོན་པ་གཙུག་པོ།

ར་ལུ་དགོན། གྱི་ལོ་༡༥༠༥་ལྷགས་འབྲུག་ལོར་ཆེ་བརྒྱན་ཤེས་རབ་འབྱུང་གནས་གྱིས་ར་ལུ་གསེར་ཁང་བྱས་བཏབ། རབ་བྱུང་ལྔ་པའི་ལྷགས་སྤེལ་གྱི་ལོ་༡༩༩༠ལོར་ཉམས་གསོ་བྱས། །

【༤】 བཀའ་གདམས་པའི་དགོན་པ་གཙུག་པོ།

1 ར་སྤེང་དགོན་པ། རབ་བྱུང་དང་པོའི་མེ་སྤེལ་གྱི་ལོ་༡༠༥༩ལོར་འབྲོམ་སྟོན་པ་རྒྱལ་བའི་འབྱུང་གནས་གྱིས་བོད་ཡལ་དབུས་ལྷན་གྲུབ་རྫོང་ཁོངས་སུ་བཏབ།

2 གསང་ཕུ་ཅེའུ་ཐོག་དགོན་པ། རབ་བྱུང་དང་པོའི་ཆུ་སྐང་གྱི་ལོ་༡༠༩༩ལོར་རྫོག་ལེགས་པའི་ཤེས་རབ་གྱིས་སྟོད་ལུང་བདེ་ཆེན་རྫོང་ཁོངས་སུ་བཏབ།

3 སྤར་ཐང་དགོན་པ། རབ་བྱུང་གསུམ་པའི་ཆུ་བྱ་གྱི་ལོ་༡༡༥༩ ལོར་གཏུམ་སྟོན་སྟོ་གོས་གྲགས་པས་བཏབ།

【༥】 བོ་དོང་པའི་དགོན་པ་གཙུག་པོ།

1. བོ་དོང་མེ་དགོན་པ། རབ་བྱུང་དང་པོའི་ས་སྐང་གྱི་ལོ་༡༠༥༥ལོར་བཤེས་གཉེན་ཕུ་ཨ་བས་བཏབ། དེང་དུས་གཙང་ལྷ་ཆེ་རྫོང་ཁོངས་སུ་ཡོད། །

2. པརྩ་ཆོས་སྤངས་དགོན། རབ་བྱུང་བརྒྱན་པའི་ལྷགས་སྟག་གྱི་ལོ་༡༠༧༠ལོར་བོ་དོང་ཕྱགས་ལས་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་བཏབ། དེང་དུས་སྤར་དཀར་ཆེ་རྫོང་ཁོངས་སུ་ཡོད། དགོན་བདག་བསམ་སྤངས་རྟོ་རྟེ་པག་མོ་ཡིན། །

【༦】 མར་པ་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་དགོན་པ་གཙུག་པོ་ལས།

[[བཀའ་བརྒྱུད་ཆེ་བཞི]]

1. **【ཀློང་ཆོང་བཀའ་བརྒྱུད་】** རྟོད་ལུང་མཚུར་སྤུ་དགོན། ཀློང་གདན་ས་གོང་མ། ཀམ་རུས་གསུམ་མཁུན་པས་བཏབ་པའི་དགོན་པ་ལྟེ་པ། རབ་བྱུང་གསུམ་པའི་ས་བྱ་སྤྱི་ལོ་༡༡༥༥ལོར་ཀམ་པ་སྤྱི་དང་པོ་རུས་གསུམ་མཁུན་པས་དབུས་རྟོད་ལུང་བདེ་ཆེན་རྫོང་གི་མཚུར་སྤུ་རུ་བཏབ།
2. ཀམ་དགོན་པ། ཀློང་གདན་ས་བར་མ། ཀམ་རུས་གསུམ་པས་བཏབ་པའི་དགོན་པ་དང་པོ། རབ་བྱུང་གསུམ་པའི་ཤིང་མག་སྤྱི་ལོ་༡༡༥༥ ལོར་ཀམ་རུས་གསུམ་མཁུན་པས་ཁམས་ཆབ་མདོ་ས་ཁུལ་རུ་བཏབ།
3. དཔལ་སྤངས་དགོན། ཀློང་གདན་ས་འོག་མ། རབ་བྱུང་བཅུ་གཉིས་པའི་མེ་ལུག་སྤྱི་ལོ་༡༢༥༢ལོར། སི་རུ་ཆོས་ཀྱི་འབྲུང་གནས་ཀྱིས་ཁམས་སྡེ་དགའི་དཔལ་སྤངས་སུ་བཏབ།
4. ཀློང་གདན་ས་ར། ཀློང་གནས་ནང་། རྟོད་ལུང་གསུམ་མཁུན་པས་བཏབ་པའི་དགོན་པ་གཉིས་པ། རབ་བྱུང་གསུམ་པའི་ཤིང་སྤུ་སྤྱི་ལོ་༡༡༥༥ལོར་ཀམ་རུས་གསུམ་མཁུན་པས་ཁམས་ལི་ཐང་ཁུལ་རུ་བཏབ།
5. སྤངས་སྤུག་དགོན་པ། རྟོད་ལུང་གསུམ་མཁུན་པས་བཏབ་པའི་དགོན་པ་གསུམ་པ། རབ་བྱུང་གསུམ་པའི་ས་སྤངས་སྤྱི་ལོ་༡༡༥༥ལོར་ཀམ་རུས་གསུམ་མཁུན་པས་ཁམས་འདབ་པ་རྫོང་ཁོངས་སུ་བཏབ།
6. ཀམ་ལྷ་སྤེང་དགོན། རྟོད་ལུང་གསུམ་མཁུན་པས་བཏབ་པའི་དགོན་པ་བཞི་པ། རབ་བྱུང་གསུམ་པའི་ཤིང་སྤུ་སྤྱི་ལོ་༡༡༥༥ལོར་ཀམ་རུས་གསུམ་མཁུན་པས་ཁམས་ནང་ཆེན་རྫོང་ཁོངས་སུ་བཏབ།
7. **【འབའ་རྩམ་བཀའ་བརྒྱུད་】** འབའ་རྩམ་པ་དར་མ་རྒུལ་མཚན་ལས་འབའ་རྩམ་བཀའ་བརྒྱུད། འབའ་རྩམ་དར་མ་དབང་ཕྱག་གི་འབྲུངས་འདས་ཀྱི་ལོ་ཆོགས་མ་རྟེན། སྤྱི་ལོ་༡༡༥༧པའི་ལྷགས་སྤུལ་ལོར་བསམ་གཏན་གངས་བཟང་གི་མདུན་རུ་གདན་ས་འབའ་རི་པོ་ཆེ་བཏབ།
8. **【ཆལ་པ་བཀའ་བརྒྱུད་】** ཆལ་གུང་ཐང་དགོན་པ། རབ་བྱུང་གསུམ་པའི་ཤིང་མག་སྤྱི་ལོ་༡༡༥༥ལོར་ཀམ་རུས་གསུམ་མཁུན་པས་ཁམས་ལི་ཐང་ཁུལ་རུ་བཏབ།

འབྲུག གྱི་ལོ་༡༡༥༥ལོར་གྲུང་ཐང་གྲུ་མ་ཞང་ཆེལ་པ་བཙོན་འབྲུས་གྲགས་པས་
བཏབ། ལྷ་ས་གྲོང་ཁྱིམ་གྱི་ཁོངས་སུ་ཡོད།

9 【ཕག་ལྷ་བཀའ་བརྒྱད】 གདན་ས་མཐིལ། རབ་བྱུང་གསུམ་པའི་ས་ལྷག་གྱི་
ལོ་༡༡༥༥ལོར་ཕག་ལྷ་རྩོམ་པ་ལྷོ་ཁ་ཟངས་རི་རྩོང་ཁོངས་སུ་བཏབ།

[[བཀའ་བརྒྱད་རྒྱུད་བརྒྱད]]

1 གླིང་རས་བཀའ་བརྒྱད། ལྷ་ལྷ་དགོན་པ། རབ་བྱུང་གསུམ་པའི་ལྷགས་གྲུང་གྱི་
ལོ་༡༡༥༧ལོར་གླིང་རས་བརྒྱ་རྩོམ་བཏབ།

2 འབྲི་གྲུང་བཀའ་བརྒྱད། འབྲིང་གྲུང་ཐེལ་གྱི་དགོན་པ། རབ་བྱུང་གསུམ་པའི་
ས་ཕག གྱི་ལོ་༡༡༥༨ལོར་རྒྱུ་བ་པ་འཇིག་རྟེན་མགོན་པོས་བོད་ཡུལ་དབུས་མལ་གྱི་
གྲུང་དཀར་རྩོང་ཁོངས་སུ་བཏབ།

3 ལྷག་ལྷ་བཀའ་བརྒྱད། ལྷག་ལྷ་དགོན་པ། རབ་བྱུང་གསུམ་པའི་ལྷགས་
གྱི་ལོ་༡༡༥༩ལོར་ལྷག་ལྷ་ཐང་པ་བཀྲ་ཤིས་དཔལ་བས་བཏབ། ད་ལྷ་དབུས་
ལྷན་གྲུབ་རྩོང་ཁོངས་སུ་བཏབ།

4 ཁྲོ་ལྷ་བཀའ་བརྒྱད། ཁྲོ་ལྷ་དགོན་པ། རབ་བྱུང་གསུམ་པའི་ལྷགས་ཡོས་གྱི་
ལོ་༡༡༦༡ལོར་རྒྱལ་ཆ་རིན་ཆེན་མགོན་གྱིས་བཏབ། ད་ལྷ་གཙང་རྒྱལ་ཆེ་རྩོང་
ཁོངས་སུ་ཡོད།

5 ཡེལ་པ་བཀའ་བརྒྱད། བྱང་རྩ་རྩ་དགོན་པ། རབ་བྱུང་གསུམ་པའི་ས་ལྷལ་
གྱི་ལོ་༡༡༥༥ལོར་ཡེལ་པ་ཡེ་ཤེས་བཅེགས་པས་བཏབ། ད་ལྷ་ཁམས་ནང་ཆེན་རྩོང་
ཁོངས་སུ་བཏབ། དེང་རུས་ཀྱི་ཆང་གི་ལྷགས་གཙོ་བོར་ཆགས།

6 གཡའ་བཟང་དགོན་པ། རབ་བྱུང་གསུམ་པའི་མེ་ལྷག་གྱི་ལོ་༡༢༠༦ལོར་བྲ་
ར་བ་ཡེ་ཤེས་མེང་གེའི་རྒྱུ་བ་མ་གཡའ་བཟང་བ་ཆོས་རྒྱལ་ལམ་གྱིས་བཏབ། ད་ལྷ་
ལྷོ་ཁ་རྩེ་གདོང་རྩོང་ཁོངས་སུ་ཡོད།

7 སྤར་ཆང་བཀའ་བརྒྱད། སྤར་ཆང་ཤོ་དགོན། རབ་བྱུང་གསུམ་པའི་མེ་ཕག་
གྱི་ལོ་༡༡༥༥ལོར། ཆོས་རྩེ་སྤར་པ་གྲུབ་ཐོབ་གྱིས་གདན་ས་ཆེན་མོ་དཔལ་གྱི་ཤོ་
དགོན་ལྷག་བཏབ། དེང་རུས་བྲག་གཡའ་རྩོང་ཁོངས་སུ་ཡོད།

8 རྒྱགས་གསེབ་བཀའ་བརྒྱད། རྒྱག་གསེབ་དགོན་པ། སྟི་ཕུ་གུར་སྟོམ་ཆེན་མོས་
སྟི་ལོའི་རུས་རབས་བརྒྱ་གཉིས་པའི་མཇུག་ཙམ་ལ་བཏབ། དེར་རུས་བཅུན་མའི་
དགོན་པ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ནས་ལྷ་སྟོན་གྱང་པལ་ཆེར་རྟེན་ཤས་ཆེ་བ་ཞིག་ཏུ་ཆགས་
ཡོད་པར་གྲགས། དེར་རུས་ཆུ་ཤལ་རྫོང་ཁོངས་སུ་ཡོད། །

[[བཀའ་བརྒྱད་ཡན་ལག་ཐོར་བུ]]

1 འབྲུག་པ་བཀའ་བརྒྱད། འབྲུག་སེ་བ་བྱང་ཆུབ་སྒྲིབ་། མིང་གཞན་གནམ་
འབྲུག་དགོན་པ་ཟེར། རབ་བྱང་གསུམ་པའི་ཤིང་སྤང་སྟི་ལོ་༡༩༠༥ལོར་གཙང་པ་
ཆུ་རས་ཀྱིས་བཏབ། ད་ལྟ་བོད་ཡུལ་དབུས་ཆུ་ཤལ་རྫོང་ཁོངས་སུ་ཡོད།

2 འབྲུག་ར་ལུང་དགོན་པ། རབ་བྱང་གསུམ་པའི་ལྷགས་རྟ་སྟི་ལོ་༡༩༡༠ ལོར་
གཙང་པ་ཆུ་རས་ཀྱིས་བཏབ། ད་ལྟ་གཙང་ཆུ་ལ་ཆེ་རྫོང་གི་ཁོངས་སུ་ཡོད།
དགོན་པ་མ་བཏབ་གོང་ཏུ་སྒྲིབ་རས་པ་བླ་རྩོམ་ཆེའི་བཞུགས་གནས་ཤིག་ཡོད།

3 གསང་སྐགས་ཆོས་སྒྲིབ་། རབ་བྱང་དགུ་པའི་ཤིང་སྤང་སྟི་ལོ་༡༩༥༩ ལོར་
འབྲུག་པ་པ་བླ་དཀར་པོས་བཏབ། ད་ལྟ་ལྷན་ཆེ་རྫོང་ཁོངས་སུ་བཏབ།

4 འབྲུག་ཐིམ་ཕུ་དགོན་པ། རབ་བྱང་བརྒྱ་པའི་ས་ལུག་སྟི་ལོ་༡༩༡༡ལོར་འབྲུག་
པ་ཞབས་བྱང་ངག་དབང་རྣམ་ཆུལ་གྱིས་བཏབ། ད་ལྟ་ལྷ་འབྲུག་གི་ཆུལ་ཁབ་ཀྱི་
ཁོངས་སུ་ཡོད།

5 ཟུར་མང་བཀའ་བརྒྱད། ཟུར་མང་དགོན་པ། རབ་བྱང་བརྒྱན་པའི་ཆུ་ཡོས་
སྟི་ལོ་༡༩༣༩ལོར་བྱང་ཆུ་ལེ་སྟོ་གོས་རིན་ཆེན་གྱིས་བཏབ། ད་སྐབས་ནང་ཆེན་
རྫོང་ཁོངས་སུ་ཡོད།

6 གནས་མདོ་བཀའ་བརྒྱད། གནས་མདོ་དགོན་པ། རབ་བྱང་བརྒྱ་གཅིག་པའི་
མེ་བྱི་སྟི་ལོ་༡༩༤༩ལོར་མཁས་གྲུབ་ཀམ་ཆགས་མེད་གྱིས་བཏབ། ད་སྐབས་ཁམས་
ཆབ་མདོ་རྫོང་ཁོངས་སུ་ཡོད།

[[༧]] ཤངས་པ་བཀའ་བརྒྱད་ཀྱི་དགོན་པ་ཐོག་མ་དང་གཙོ་བོ།

1 ཤངས་ཀྱི་ཞང་ཞུང་དགོན་པ། རབ་བྱང་དང་པོའི་ལྷགས་སྤང་སྟི་ལོ་༡༩༠༡ ལོར་
མཁས་གྲུབ་བྱང་པོ་རྣལ་འབྱོར་གྱིས་གཙང་རྣམ་སྒྲིབ་རྫོང་ཁོངས་སུ་བཏབ།

2 དཔལ་སྤངས་རི་ཁྲོད་དགོན་པ། རབ་བྱུང་བརྒྱ་བཞི་པའི་ཆུ་རྟག་སྤྱི་ལོ་ ༡༥༩
ལོར་གོང་སྤུལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོས་ཁམས་སྡེ་དགེ་རྒྱུད་ཁོངས་སུ་བཏབ།

[[༥]] ས་སྤྱི་པའི་དགོན་པ་ཐོག་མ་དང་གཙུག་པོ།

1 ས་སྤྱི་དགོན་པ། རབ་བྱུང་དང་པོའི་ཆུ་སྤང་སྤྱི་ལོ་ ༡༠༧༣ལོར་འཁོན་དགོན་
མཚོག་རྒྱལ་པོས་གཙང་ས་སྤྱི་རྒྱུད་ཁོངས་སུ་བཏབ།

2 རོར་ཨེ་ཨོ་ཚེས་སྡེ། རབ་བྱུང་བརྒྱ་པའི་ས་བྱ་སྤྱི་ལོ་ ༡༥༧༤ལོར་རོར་ཆེན་ཀུན་
དགའ་བཟང་པོས་གཙང་རོ་རྩ་སྡེ་གཞིས་ཀ་ཙེ་རྒྱུད་ཁོངས་སུ་བཏབ།

3 འཕམ་ཡུལ་ན་ལེན་དུ་དགོན། རབ་བྱུང་བརྒྱ་པའི་ཤིང་ཡོས་སྤྱི་ལོ་ ༡༥༩༥ལོར་
རོང་སྟོན་སྤྱི་པའི་ཁེང་གས་བོད་ཡུལ་དབུས་ལྷན་གྲུབ་རྒྱུད་ཁོངས་སུ་བཏབ།

[[༦]] གི་བྱེད་པའམ་གཙུག་ཡུལ་པའི་དགོན་པ་ཐོག་མ་དང་གཙུག་པོ།

1. གཙང་དིང་རི་སྤང་འཁོར་དགོན། རབ་བྱུང་གཉིས་པའི་ཆུ་ན་སྤྱི་ལོ་ 1102ལོར་
ཚེ་རེས་བཏབ། དེང་རུས་གཙང་དིང་རི་རྒྱུད་ཁོངས་སུ་ཡོད།

2. ཟངས་རི་མཁར་དམར་དགོན། རབ་བྱུང་གཉིས་པའི་ཤིང་ཡུལ་སྤྱི་ལོ་
1115ལོར་མ་གཅིག་ལབ་སྟོན་གྱིས་བཏབ། དེང་རུས་བོད་རྒྱུད་ཟངས་རི་རྒྱུད་
ཁོངས་སུ་ཡོད།

5 སྤུངས་ཆེ་དགོན་པ། རབ་བྱུང་བརྒྱ་གཅིག་པའི་མཚུག་ཙམ་ན་རྩེ་བཅུན་སྤྱི་ལོ་
རྟོག་ལྷན་གྱིས་ཁམས་སྡེ་དགེ་རི་འཛོ་མདའ་རྒྱུད་ཁོངས་སུ་བཏབ།

6 རྒྱ་ནེ་དགོན་པ། རབ་བྱུང་བརྒྱ་གཉིས་པའི་འགོ་ཙམ་ན་ཁམས་སྡེ་དགེ་རི་འཛོ་
མདའ་རྒྱུད་ཁོངས་སུ་བཏབ།

[[༧]] རོ་ནང་པའི་དགོན་པ་ཐོག་མ་དང་གཙུག་པོ།

1 རོ་ནང་དགོན་པ། རབ་བྱུང་ལྔ་པའི་ཤིང་ན་སྤྱི་ལོ་ 1294 ལོར་ཀུན་སྤངས་
ཐུགས་རྩེ་བཙུན་འགྲུས་གྱིས་གཙང་ལྷ་ཙེ་རྒྱུད་གི་ཁོངས་སུ་བཏབ།

2 ཙེ་ཆེན་ཚེས་སྡེ། སྤྱི་ལོ་རུས་རབས་བརྒྱ་བཞི་པའི་མཚུག་ཙམ་ན་ཉ་དཔོན་
ཀུན་དགའ་དཔལ་གྱིས་གཙང་རྒྱལ་ཙེ་རྒྱུད་གི་ཁོངས་སུ་བཏབ།

3 འཇམ་ཐང་ཆོས་རྩེ་དགོན་པ། རབ་བྱུང་བརྒྱན་པའི་ཤིང་སྤུལ་སྤྱི་ལོ་1425ལོར་
རྒྱུང་རིན་ཆེན་དཔལ་གྱིས་མདོ་ཁམས་ཇམ་ཐང་རྩེ་བཏབ། །

4 ཉལ་བཏན་སུན་ཆོགས་སྤྱིང་། རབ་བྱུང་བརྒྱན་པའི་ཤིང་ལོས་ཉེ་སྤྱི་ལོ་1615
ལོར་རྩེ་བཙུན་རྒྱ་ར་རྒྱ་ཐས་རྩོན་དགོན་པའི་ཉེ་འདབས་སུ་བཏབ། །

5 བསེ་དགོན། སྤྱི་ལོ་རུས་རབས་བརྒྱ་བརྒྱན་པའི་སྤྱད་ཅམ་ན་བསེ་དགོན་ཀྱན་
དགའ་ལྷན་གྲུབ་གྱིས་ར་པ་རྩོང་ཁོངས་སུ་བཏབ།

[[༡༡]] རི་བོ་དགེ་ལྷགས་པའི་དགོན་པ་ཐོག་མ་དང་གཙུག་པོ།

1 དགའ་ལྷན་དགོན་པ། རབ་བྱུང་བརྒྱན་པའི་ས་སྤྱང་སྤྱི་ལོ་༡༩༠༩ལོར་རྩེ་ཙང་ཁ་
པས་འབྲོག་རི་བོ་དགའ་ལྷན་སྤེལ་ཉལ་ཅེ་རྩོང་ཁོངས་སུ་བཏབ།

2 འབྲས་སྤངས་དགོན་པ། རབ་བྱུང་བརྒྱན་པའི་མེ་སྤུལ་སྤྱི་ལོ་༡༩༡༦ལོར་འཇམ་
དབྱངས་ཆོས་རྩེ་བོད་ཡུལ་དབྱས་ལྷ་སའི་ཁོངས་སུ་བཏབ།

3 སེ་ར་དགོན་པ། རབ་བྱུང་བརྒྱན་པའི་ས་ཕག་སྤྱི་ལོ་༡༩༡༩ལོར་སེ་ར་བྱམས་
ཆེན་ཆོས་རྩེ་བོད་ཡུལ་དབྱས་ལྷ་སའི་ཁོངས་སུ་བཏབ།

4 བཀྲ་ཤིས་ལྷན་པོ་དགོན་པ། རབ་བྱུང་བརྒྱན་པའི་མེ་ལོས་སྤྱི་ལོ་༡༩༩༧ལོར་རྩེ་
དགེ་འདུན་གྲུབ་གྱིས་གཙང་གཞིས་ཀ་ཅེ་འི་ཁོངས་སུ་བཏབ།

5 སྤྱ་འབྲམ་དགོན་པ། རབ་བྱུང་བརྒྱན་པའི་ས་སྤུལ་སྤྱི་ལོ་༡༩༥༥ལོར་འདུལ་བ་
ཆོས་རྩེ་འོད་ཟེར་གྱིས་ཨ་མདོ་ས་ཁུལ་ཙང་ཁ་རྩོང་ཁོངས་སུ་བཏབ།

6 སྤྱ་བྱང་བཀྲ་ཤིས་འབྲིལ། རབ་བྱུང་བརྒྱན་གཞིས་པའི་ས་སྤྱང་སྤྱི་ལོ་༡༩༠༩ལོར་
འཇམ་བཞད་དག་དབང་བཙོན་འགྲུས་གྱིས་ཨ་མདོ་ས་ཁུལ་བསང་རྩེ་རྩོང་ཁོངས་
སུ་བཏབ།

ས་བཙན་གཞིས་པ། གནའ་ལྷལ་དང་ཏུར་སྤྱིང་རྩོང་།

བོད་ཡུལ་འདིར་ཡུལ་གཞན་དང་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་གྱིས་གནའ་ལྷལ་ཞིབ་འཇུག་
གནང་བ་རིམ་ཞིན་ཆེད་གཏད་ཏུ་གནའ་རྩལ་དང་གནའ་ལྷལ་ཞིབ་འཇུག་ཆོགས་
པ་བཙུགས་ནས་མི་རིགས་ཀྱི་ལྷ་རྒྱས་དངོས་ལ། ཞིབ་འཇུག་བྱ་རྒྱུ་འཕམ་ཀ་ཆད་
ལྷན་བྱེད་མཁན་ད་མན་བྱུང་མིང་། འོན་ཀྱང་ལས་ཀའི་ཞོར་དུ་ས་འོག་ནས་རྙེད་

པའི་གནའ་ཤུལ་དང་། གནའ་རྩལ་ཁ་ཤས་བྱང་ཡོད་པ་འདི་དག་ལ་བརྟགས་ན་
 བོད་ཡུལ་འདིར་ལོ་ངོ་གྲི་ཚོ་ཁ་ཤས་སྟོན་གྱི་དོ་ཆས་རྒྱུང་པའི་ཅ་ལག་རྟེན་ཡོད་ལ།
 ལོ་རྒྱུང་ཕྱག་ཁ་ཤས་སྟོན་གྱི་དོ་ཆས་གསར་པའི་རྩལ་རབས་དང་། ཟངས་ཆས་
 དང་ལྷགས་སྤྱད་སྤྱོད་པའི་རྩལ་རབས་གྱི་ཅ་ལག་རྟེན་པ་ཡང་མི་ཉུང་བ་ཞིག་རྟེན་
 ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་གནའ་ཤུལ་དང་། རིག་དངོས་རྟེན་པ་དེ་དག་གི་ལོ་
 རྒྱུས་དངོས་གྱི་རིན་ཐང་དེ་མ་ཉམས་པ། ཉར་ཆགས་ཡག་པོ་བྱ་སྟབས་ཡོད་པ་མ་
 རེད། གནའ་ཤུལ་རྟེན་པ་དེ་དག་ལ་བདག་པོ་བྱེད་མཁན་མེད་སྟབས་ལོ་ཤས་
 རྗེས་སུ་མཐོང་ཡས་མེད་པར་ཆགས། གནའ་རྗེས་རྟེན་པ་མང་ཆེ་བ་དེ་དག་རྒྱ་
 རག་གི་གནའ་རྗེས་བདག་གཉེར་ཁང་། གང་རྩལ་ཞིག་གི་ནང་བདག་ཉར་བྱས་
 ཡོད་སྟབས། སྤྱི་རྒྱལ་ཁག་གིས་གནའ་རྗེས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པ་ནང་བཞིན་གྱི་
 ཆོད་ལྷན་ཚུལ་མཐུན་ཅན་གྱི་ཞིབ་འཇུག་གི་འབྲས་བུ་ཡོད་པ་མ་རེད།

དེ་ལྟར་མདོ་དབྱས་ཁམས་གསུམ་གྱི་ས་སྒྲུལ་ཁག་ལས་སྟབས་ལེགས་དང་སྟེས་
 དབང་གིས་རྟེན་པའི་གནའ་ཤུལ་ཆེ་ཆུང་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་ཞིག་ཡོད་པ་དག་ལས་
 འདིར་ལོ་རྒྱུས་གྱི་དོན་རྟེན་ཆེ་ཤོས་ཁག་ཅིག་ངོ་སྟོན་བྱ་རྒྱུ་ཡིན།

གཅིག །གནའ་ཤུལ་སྟོན།

- 1 དོ་ཆས་རྒྱུང་པའི་གནའ་ཤུལ། གཙང་གི་དིང་རི་དང་། རག་ཆུའི་ཤན་ཚ།
 མངའ་རིས་གྱི་རྩ་ཐོག་བཅས་གྱི་ས་སྒྲུལ་ཁག་ནས། རྟེན་པའི་དོ་ཆས་རྒྱུང་པའི་ཡོ་
 བྱད་ནམས་པལ་ཆེར་ལོ་ལྷ་གྲི་ཡན་ཆད་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པར་ངོས་འཛིན་འདུག །
- 2 ཆབ་མདོ་མཁར་རོའི་གནའ་ཤུལ། སྤྱི་ལོ་1986ལོར་ཆབ་མདོ་གྲོང་ཁྱིམ་འཇུགས་
 རྒྱན་སྟབས་རྟེན། མཁར་ཤུལ་དང་། དོ་ཆས། རྗེས་རྟེན་རྒྱན་ཆའི་རིགས་
 སྟགས་གནའ་བོའི་འཆོ་བའི་ཡོ་བྱད། རྩལ་ཆ་ཆོད་ཤོས་གྱི་གནའ་ཤུལ་ཞིག་ཡིན།
 འདི་ནི་སྤྱི་ལོ་སྟོན་གྱི་ལོ་རྒྱུང་ཕྱག་བཞི་ལྷ་ཙམ་གྱི་གནའ་ཤུལ་ཡིན་པར་རྟོགས།
- 3 བོན་སྟོན་གཤེན་རབ་མི་བོ་ཆེའི་འབྲུངས་ཤུལ། རྒྱ་བོ་ཆེན་པོ་བཞིའི་འགོ།
 གངས་ཉི་མའི་མདུན། མཆོ་མ་པམ་པའི་འགམ། ཞང་ཞུང་འོལ་མོ་ལུང་རིང་རྩ་
 སྤྱི་ལོ་སྟོན་གྱི་1917ལོར་འབྲུངས། དེང་རྩལ་མངའ་རིས་ས་སྒྲུལ་སྤྱི་རབས་རྫོང་།

ཁོངས་ཡིན།

4 མོད་རྗེ་ཀོང་ཙེ་རྒྱ་ཡི་ཡུལ། སྤྱི་ལོའི་སྟོན་གྱི་རུས་རབས་བརྒྱ་དྲུག་པའི་སྐབས་
སྤྱི་ཀོང་ཙེ་འཕུལ་རྒྱལ་འབྲུངས་པའི་གནའ་ཤུལ་དེ་གངས་ཉི་མའི་རུབ་ཚྭ་གས་མོད་
རྗེ་ཀོང་ཙེ་རྒྱའི་ཡུལ་ཞེས་པ་དེར་རུས་ཙུ་མདའ་རྩོད་གི་སྟོ་ཕྱགས་རྒྱ་བོད་གཉིས་
གྱི་ས་མཆམས་གང་དེར་ཡོད་པར་ངས།

5 མི་ལ་རས་པ་དང་ན་རོ་བན་རྒྱུད་ཀྱབ་རྟགས་གྱི་ཙལ་འགན་ཤུལ། སྤྱི་ལོའི་རུས་
རབས་བརྒྱ་གཅིག་པའི་སྐད་ཅམ་ན་མི་ལ་རས་པ་དང་། ན་རོ་བན་རྒྱུད་གཉིས་
ཙུ་རྒྱུད་གི་ཀྱབ་རྟགས་ལ་བརྟེན་ནས། གངས་ཉི་མའི་འཛེགས་པའི་ཙལ་འགན།
ན་རོ་བན་རྒྱུད་གིས་ར་ལ་ཞེན་ཏེ་རྒྱུད་སྟོབས་གྱིས་རི་འགོར་འཛེགས་པའི་ཆོ། མི་
ལ་རས་པས་ཙུ་རྒྱུད་གི་རུས་པས། ར་ཕྱབ་རུ་དེད་པར་གསུམ་པའི་རྗེས་ཡུལ་དེར་
རུས་ཀྱང་གངས་ཉི་མའི་རོས་སུ་མངལ་རྒྱ་ཡོད།

6 བྲག་དཀར་རྟ་སོ། རྗེ་བརྒྱན་མི་ལ་རས་པ་མར་པའི་སྐྱ་མདུན་ནས་ཆོས་ཐོབ་
རྗེས་དཀའ་སྤྱད་ཆེན་པོས་སྐྱབ་པ་ཉམས་ལེན་ཡུན་རིང་བྱས། དེ་ནས་ས་ཡུལ་རུ་
ལོག་པ་དང་ཨ་མ་གོངས། ཁང་གཞིས་འགྲེལ། སྤྱིང་མོ་འབྲལ་བེན་པ་ལ་ཐུགས་
ལྷག་པར་སྐྱོན་ནས་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཆོས་ལ་ཞེན་པ་གཏིང་ནས་ཡུལ་སྟེ། ཐོག་མར་
བྲག་དཀར་རྟ་སོ་རུ་ཕྱིན་ཏེ་བསྐྱོམས་པས་ཀྱབ་པ་ཐོབ་པའི་གནས་དེ་ཡིན། ཡུལ་
དེར་མང་ཡུལ་ཀྱང་མང་ཞེས་བལ་བོད་གཉིས་གྱི་ས་མཆམས་དེར་ཡོད། ད་ལྟར་
སལ་ཆེར་གཉའ་ནང་རྩོད་ཁོངས་ཡིན་དགོས། ཡང་ན་སྦྱིད་རོང་རྩོད་ཁོངས་ཡིན་
པར་འདྲ།

7 ཞང་སྟོན་མཆོད་ཁང་། ཞང་སྟོན་མཆོད་ཁང་ནི་གནས་རྒྱུད་གོང་རྩལ་ཞང་སྟོན་
གོང་ཆོའི་སྟོ་རོས་རི་ལྷེབས་སུ་ཞང་སྟོན་མཆོད་ཁང་ཞེས་པའི་ཀྱང་རོ་ཆེན་པོ་ཞེས་
ཡོད་པ་དེ་ནི་གནའ་རུས་གཉའ་བྱི་བཅན་པོའི་རུས་སུ་བྱུང་བའི་བོན་ཤེས་པ་ཅན་
བརྒྱ་གཉིས་གས་སུ་མཁས་པ་ཆེས་ཐུག་བཏབ་པའི་སྟོད་ཡུང་ཞང་སྟོན་འཕགས་
པའི་གདན་ས་ཞེས་པ་དེ་ཡིན་ཟེར།

8 སྟོད་ཡུང་གཞོང་པ་ལྷ་རྒྱ། གཞོང་པ་ལྷ་རྒྱ་ནི་གནས་རྒྱུད་གོང་རྩལ་སེ་མ་གོང་

ཆོའི་ཁོངས་སུ་གཞོང་པ་ལྟ་ཆུ་ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད། དེ་ནི་སྤྱི་ལོའི་རུས་རབས་བརྒྱད་
 པའི་ནང་། རྒྱལ་པོ་ཁྱི་སྤྱོད་ལྡེ་བཅན་གྱིས་སློབ་དཔོན་པ་རྣམས་ལ་འབྱུང་གནས་བོད་རུ་
 གདན་དྲངས་སྐབས། རྟོད་ལུང་གཞོན་པ་མདར་སྤེབས་པ་དང་ཉིན་དགུང་གི་ཆ་
 འཕོག་བཀོལ་རན་པ་ན་ཆུ་མེད་པ་དང་། སློབ་དཔོན་གྱིས་ཕུག་མཁར་བཅུགས་
 པའི་ཤུལ་ནས། རྒྱ་དོན་པར་སློབ་ལྟ་བཟང་ལ་ཆུ་བྱུང་གཞོང་པ་བཟེད་ཅེས་

གསུངས་པས་གཞོང་པ་ལྟ་ཆུ་ཞེས་གྲགས།

9 གླིང་གེ་སར་འབྱུངས་ཤུལ། ཁམས་ལྡེ་དགའི་གླིང་ཆོང་གི་མངའ་ཁུལ། ས་སྤྱིད་
 སོས་ཡག་གི་ཁ་མདོ་ན། རྒྱ་གཉིས་ཆ་མ་གདབས་འདྲ་ཡོད། སྤང་གཉིས་བལ་
 རྟན་གཏིང་འདྲ་ཡོད། བྲག་གཉིས་མདའ་སྒོ་གཤིབས་འདྲ་ཡོད། ཅེས་པ་དེར་
 རུས་ཆ་ཆ་དགོན་པའི་ཉེ་འདབས་ན་སྤྱི་ལོ་1038པའི་ས་རྟག་ལོ་གླིང་གེ་སར་རྒྱལ་
 པོ་འབྱུངས་ཤུལ་ཡོད།

10 སློབ་དཔོན་བེ་རོ་ཅ་ནའི་རྒྱལ་ཕུག སྤྱི་ལོ་རུས་རབས་བརྒྱད་པར་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་
 སྤྱོད་ལྡེ་བཅན་གྱིས། ནང་ཆོས་བོད་རུ་གདན་དྲངས་པའི་སྐབས་སུ་བོན་སློབ་དང་
 ཆོས་སློབ་སྤྱགས་གཉིས་སུ་གྱེས་ཏེ། ཆབ་སྤྱིད་ཀྱི་འཐབ་འཛིང་ནང་རུ་སློབ་དཔོན་
 བེ་རོ་ཅ་ནས། རྒྱལ་པོ་ལ་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་ཆོས་སྤེལ་བའི་རྒྱུན་གྱིས་ཤར་རྒྱལ་མོ་
 རོང་རུ་མཐར་བསྐྱོད་བཏང་། རུས་དེར་རྒྱལ་མོ་རོང་རུ་སྤྱི་མཆོམས་བཞུགས་
 པའི་རྒྱལ་ཕུག་ལ་བེ་རོའི་རྒྱལ་ཕུག་ཅེས་པ། དེར་ར་པ་རང་སྤྱོད་ཁུལ་གྱི་འབར་
 ཁམས་རྫོང་ཁོངས་ན་ཡོད། ཡང་རྒྱལ་ཕུག་གཞན་ཞིག་ནི་ཤར་རུང་རིའི་རྒྱལ་
 ཅེས་པ་དེར་རུས་བྱང་ཆུ་རྫོང་ཁོངས་ན་ཡོད།

11 ཨན་རྒྱུང་གནམ་རྫོང་། བོད་རུ་འབངས་ཁྱེན་ལོག་གི་སྐབས་སུ་ཆ་གཡོ་
 གཅོང་གསུམ་དབུས་ནས་གྲོས། མངའ་རིས་ནས་ཉོར་ཡུལ་བརྒྱད་དེ་མཐར་མདོ་
 སྤྱད་རུ་སྤེབས་པ་དང་། ཨན་རྒྱུང་གནམ་རྫོང་རུ་བཞུགས་པར་གྲགས། དེར་
 སངས་གཅན་ཆ་རྫོང་ཁོངས་སུ་ཡོད།

12 མདོ་སྤྱད་དན་ཏིག རྒྱ་གཡོ་གཅོང་གསུམ་སྤྱི་ཆོའི་སྤྱད་ཅམ་ན་དན་ཏིག་རུ་
 སྤེབས་ཏེ་བཞུགས། སྤྱི་ལོ་906ལོར་སྤྱི་ཆོན་དགོངས་པ་རབ་གསལ་རབ་རུ་བྱུང་།

སྤྱི་ལོ་916ལོར། དབུས་གཙང་མི་བརྩ་མདོ་སྤང་དུ་འབྱོར་བར་སྤྱ་ཆེན་ལས་བསྐྱེན་
པ་རྫོགས་ཏེ་སྤང་འདུལ་གྱི་རྒྱན་སྤེལ། བསྐྱེན་པའི་མེ་རོ་མདོ་སྤང་ནས་སོས་ཞེས་
པའི་བཤད་སྤྱོལ་ཡང་དེ་ལྟར་བྱུང་། དེར་དུས་སྤྱ་ལྷང་རྫོང་ཁོངས་ན་ཡོད།

13 འབྲི་རྒྱུ་ལྷགས་ཟམ། བོད་རྒྱལ་དཔོན་སྤྱུང་མོང་སྤྱོད་བཙན་གྱི་དུས་སུ་སྤྱི་ལོ་
670ལོར་ཞིག་ནས་ཁམས་སྤྱ་འཕེལ་གྱི་འབྲི་རྒྱ་ཁར་བོད་དམག་གིས་བཙུགས། དེར་
དུས་ཡུན་ནན་ཞིང་ཆེན་ས་ཐམ་རྫོང་ཁོངས་ཡིན།

14 གཙང་པོ་ལྷགས་ཟམ། སྤྱི་ལོ་1436ལོར་ཡར་ལུང་པོ་གྲུབ་ཆེན་ཐང་རྫོང་རྒྱལ་
པོས་བཏབ།

15 ཁམས་དར་ཅེ་མདོའི་ལྷགས་ཟམ། སྤྱི་ལོའི་དུས་རབས་བཙོ་ལྷ་པའི་དུས་
དཀྱིལ་ཙམ་དུ་གྲུབ་ཆེན་ཐང་རྫོང་རྒྱལ་པོས་བཙུགས། འོན་ཀྱང་རྒྱ་ནག་པ་
ནམས་ཀྱིས་ལྷགས་ཟམ་འདི་ནི་སྤྱི་ལོའི་དུས་རབས་བཙོ་བརྒྱད་པའི་ནང་དུ་མན་
རྩ་གོང་མ་ཁང་ཤིའི་དུས་སུ་བཙུགས་པར་བཤད་པ་ནི། སྤོན་ཐང་རྫོང་རྒྱལ་པོའི་
ལྷགས་ཟམ་ཞིག་གསེས་བྱས་ཡོད་པར་འདྲ།

གཉིས། གནའ་དུར་རྫོང་པའི་ཤུལ།

1 ལྷ་སའི་རྒྱ་གོང་གནའ་དུར། སྤྱི་ལོ་1984ལོར་ལྷ་སར་བྱང་ཤར་མཆོམས་སེར་
དགོན་པའི་མདུན་སྤྱོགས་དེར་རྫོང་། དེར་མི་རོ་སུམ་རྩ་ཙམ་རྫོང་པ་དང་། དུར་
རྩས་རིགས་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཞིག་རྫོང་པ། དེ་དག་ལ་དབྱེད་ན་གནའ་པོའི་བོད་
གྱི་ནག་ཅིས་ལྷགས་ལྟར་སྤྱོག་ཆགས་དང་། རྩས་རིགས་དངོས་པོ་སྤྱུས་ཡོད་པར་
མཐོང་བས། སལ་ཆེར་སྤྱི་ལོའི་སྤོན་གྱི་ལོ་དོ་རྫོང་བྲག་གསུམ་ལྷག་ཙམ་སྤྱུགས་སུ་
ཡིན་དགོས། ཁམས་བྲག་འགོ་ཁ་ས་མཆོ་ཁའི་གནའ་དུར། དུར་རྫོང་འདི་ནི་སྤྱི་ལོ་
1981ལོར་ཁམས་ཏེ་རྟོར་བྲག་འགོ་ཁ་ས་མཆོ་ཁ་ནས་རྫོང་། དུར་རྩས་དུས་ཆས་
དང་། རྫོང་སྤྱོད་ཆས་སོགས་ཀྱི་དངོས་རིགས་མང་པོ་ཡོད་པ་དང་།
རྫོང་རོ་སྤྱུམ་བཟོ་སྤྱངས་སོགས་ལ་བརྟགས་ན། སལ་ཆེར་ལྷ་སའི་རྒྱ་གོང་གནའ་
དུར་དང་དུས་རབས་གཅིག་མཚུངས་ཙམ་ཡིན་པར་ངེས།

3 དུར་ལོན་གནའ་དུར། འདི་ནི་ཨ་མདོ་དུར་ལོན་རྫོང་དུ་སྤྱི་ལོ་1990ལོར་རྫོང་།

ས་བཅད་གསུམ་ལ། གངས་རིའི་ཁྲོད་ཀྱི་རྒྱབ་གནས་གསལ་ཅན།

སྤྱིར་བོད་ཡུལ་དེར་གནང་བོའི་རྒྱུ་ནས་ཆོས་ལུགས་དར་བྱལ་ཏེ་ཅང་ཆེ་བའི་
མི་རིགས་རྒྱུང་པ་ཞིག་འདུས་ཐོད་བྱས་པའི་ས་ཁུལ་ཞིག་ཡིན་སྟབས། བོན་གྱི་
ཆོས་ལུགས་དང་། བོད་པའི་ཆོས་ལུགས་གཉིས་ཀའི་ལུགས་ཡེ་ཤེས་ལྟ་ཡིས་བྱིན་
གྱིས་རྒྱབས་པའི་གནས་ལ་གནས་རི་དང་རྒྱབ་གནས་ཟེར་ཞིང་ཡོད་པ་རེད། དེ་
ལྟར་གནས་རི་དང་། རྒྱབ་གནས་དེ་དག་བོད་ཡུལ་སྤྱོད་སྤྱད་བར་གསུམ་ཐམས་
ཅད་ལ་ཏེ་ལམ་ལུང་པ་རེ་ལ་གནས་རི་རེ་དང་། རྒྱབ་གནས་མང་པོ་ཡོད་པ་དེ་
དག་འདི་ལྟ་བུའི་བོད་ཀྱི་ཤེས་རིག་སྤྱི་བཤད་ཀྱི་གནང་རུ་ངོ་སྤྱོད་བྱེད་ཐུབ་ཐབས་
ཡོད་པ་མ་རེད། དེས་ན་འདིར་བོད་ཁམས་ཡོངས་ལ་སྐད་གསལ་ཡོད་པའི་རྒྱབ་
གནས་གསལ་ཅན་འགའ་ཞིག་ངོ་སྤྱོད་བྱ་རྒྱུ་ཡིན།

གཅིག་ཁག་འཁོར་བོའི་བོན་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་རྒྱབ་གནས།

- 1 ཀོང་བོན་རི། སྤྱི་ཡོའི་སྤོན་གྱི་རྒྱུ་རབས་བཅུ་དྲུག་པའི་ནང་རུ་བོན་གྱི་སྤོན་
པ་གཤེན་རབ་ཀོང་ཡུལ་རུ་ཐེབས་སྐབས། ཀོང་བོའི་བདུད་རིགས་རྣམས་ཀྱིས་
རྒྱལ་པའི་རི་ཆེན་ཞིག་གིས་སྤོན་པའི་ཐེབས་ལམ་བཀག་པ་ལ་སྤོན་པས་བྱིན་གྱིས་
བརྒྱབས་ནས་བོན་གྱི་གནས་རིར་གྱུར་པ་ལ། དེར་རྒྱུ་ཀོང་བོན་རི་འདི་ཡིན།
དེར་རྒྱུ་ཉི་ཤི་ས་ཁུལ་ཉི་ཤི་རྫོང་དང་། སྤྱོད་སྤྱོད་གཉིས་ཀྱི་ཁོངས་སུ་ཡོད།
- 2 ལྷ་རི་གུང་ཐོ། བོད་རྒྱལ་གཉིས་པ་ཐུ་ཁྱི་བཅན་པོས་ཁྱོ་བོ་དབང་ཆེན་གྱི་རྒྱུད་
ཞུས་རྗེས་སྤྱོད་མཆོམས་བཞུགས་ནས་རྒྱབ་པ་མཛད་པའི་གནས་ཡིན། དེར་རྒྱུ་ཉི་
ཤི་རྫོང་རྒྱན་རི་ཐེ་ཤོག་གི་ཁོངས་སུ་ཡོད།

གཉིས། གུ་རུས་ལུང་གིས་ཐེན་པའི་རྒྱབ་གནས།

བརྒྱ་བཀའ་ཐང་ལས། རྒྱབ་གནས་ཀྱན་གྱི་རྒྱལ་པོ་བྱུང་འཕགས་ནི། མཁའ་
འགོ་མ་བརྒྱབས་རང་བཞིན་འདུ་བའི་གནས། སྤྱི་ཡོ་དབེན་གནས་བརྒྱགས་ཀྱི་
ཡང་རྫོང་ཡིན། གསུངས་གི་དབེན་གནས་བསམ་ཡས་མཆོམས་སུ་ཉི། སྤྱི་ལས་

① ཡང་རྫོང་གི་རྒྱགས་ལྷན་ང་ལྟ་ཞེས་པའི་གུ་ཐོག་གསལ་ཆེ་བར་བྱུང་།

གྱི་དབེན་གནས་ལྟོ་བྲག་མཁར་ཚུ་ཡིན། ཡོན་ཏན་དབེན་གནས་ཡར་ལུང་ཤེལ་
གྱི་བྲག་མེ་མིན་ལས་དབེན་གནས་མོན་ཁ་སེང་གེ་རྫོང་། ཞེས་གསུངས་སོ།།

གསུམ། བྱ་རུའི་སྒྲོམ་གྱ་ཆེན་མོ་གསུམ།

1 མཆིམས་ཤུའི་སྒྲོམ་གྱ། བྱ་རུ་པ་ལྷུང་འབྱུང་གནས་བོད་རུ་མེབས་རྗེས་བསམ་ཡས་
མཆིམས་ཤུ་ལ་རྒྱབ་གྱ་བཅུགས་ཤིང་། རྒྱབ་པ་པོ་གངས་མང་བཞུགས་པའི་ནང་
ནས་ཡོངས་གཤམ་གྱི་གྲུབ་ཆེན་ཉེར་ལྷ་བྱུང་ཡོད། གནས་འདི་ད་ལྷ་སྟོ་ཁ་གྲ་ནང་
རྫོང་ཁོངས་སུ་ཡོད།

2 བྲག་ཡེར་པའི་སྒྲོམ་གྱ། བྱ་རུ་པ་ལྷུང་གནས་གྱི་སྐབས་རྒྱབ་གྱ་འདི་ནས་འོད་
ལུས་གྲུབ་པའི་གྲུབ་ཐོབ་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་བྱུང་བར་གསུངས། གནས་འདི་ད་ལྷ་
སྟོ་ཁ་ཆེ་རྫོང་ཁོངས་སུ་ཡོད།

3 དཔལ་ཆེན་ཚུ་བོ་རིའི་སྒྲོམ་གྱ། བྱ་རུ་པ་ལྷུང་གནས་གྱི་སྐབས་རྒྱབ་གྱ་འདི་
ནས་འོད་ལུས་གྲུབ་པའི་གྲུབ་ཐོབ་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་བྱུང་བར་གསུངས། གནས་
འདི་ད་ལྷ་སྟོ་ལྷ་རྫོང་ཁོངས་སུ་ཡོད།

བཞི། གྲགས་པའི་མཆོ་ཆེན་བཞིའི་ཡུག་རྗེས་བཞག།

1 བྱང་གི་གནམ་མཆོ་ལྷག་མོ། བྱ་རུ་པ་ལྷུང་གནས་གྱི་ལྷག་རྗེས་འཛོག་པའི་
གྲགས་པའི་མཆོ་ཆེན་བཞིའི་ཡུག་ཞིག་སྟེ། ད་ལྷ་འདམ་གཞུང་རྫོང་སུ་ཡོད།

2 ཡར་འཛོག་གཡུ་མཆོ། གྲགས་པའི་མཆོ་ཆེན་བཞིའི་ཡུག་ཞིག་སྟེ། ད་ལྷ་
སྟོ་ཁ་སྤ་དཀར་རྫོང་ཁོངས་སུ་ཡོད།

3 སུ་མ་གཡུ་མཆོ། གྲགས་པའི་མཆོ་ཆེན་བཞིའི་ཡུག་ཞིག་སྟེ། ད་ལྷ་སྟོ་ཁ་
སྤ་དཀར་རྫོང་ཁོངས་སུ་ཡོད།

4 མ་པམ་གཡུ་མཆོ། གྲགས་པའི་མཆོ་ཆེན་བཞིའི་ཡུག་ཞིག་སྟེ། ད་ལྷ་
མངའ་རིས་ས་ཁུལ་སུ་རངས་རྫོང་ཁོངས་སུ་ཡོད།

① ལྷ་ཁ་གྲ་ནང་རྫོང་ཁོངས་སུ་ཡོད།

② ཤེལ་བྲག་གི་ལྷགས་པ་སུམ་ཚུ་ཞེས་པའི་གྲུབ་ཐོབ་གྲགས་ཆེ་བར་བྱུང་། ལྷ་ཁ་སྟོ་གདོང་རྫོང་ཁོངས་
སུ་ཡོད།

ལ། གངས་རིའི་ཁྲོད་ཀྱི་རྒྱལ་གནས་གསལ་ཆེན།

མཁའ་འགྲོ་གྱུ་གཏོར་ལས། ལྷོ་གྲོ་བོ་ཡུང་། འབྲོག་ལ་ཕྱི་རྒྱལ་བར། རྩོམ་བཀྲ་
ཤིས་ཆེ་རིང་མཆེད་ལ། ཤར་དྲགས་ལྷ་དཔལ་གྱི་སྒྲུབ་པོ། རྟོད་ཡུང་མཆུར་ཕྱ།
ཀློག་པོ་གནས་ནང་། ཀམ་རི་གླིང་། ཤར་ཕྱོགས་སྤངས་རི། ལྷོ་གནས་མཆོག་
དཔལ་གྱི་ཚུ་རི་ཏ། གངས་དཀར་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཏི་སེ། མཆོ་མ་པམ་པ། བལ་ཡུལ་
འཕགས་པ་ཤིང་ཀུན། ཤིང་གི་རིའི་མཆོད་རྟེན། རྩང་བཅན་ཁ་བ་དཀར་པོ།
ཆོས་འཁོར་ལྷ་ས། དཔལ་གྱི་བསམ་ཡས་ལ་སོགས་པ། གངས་རིའི་ཁྲོད་ཀྱི་རྒྱལ་
གནས་བྱིན་རྒྱལ་མཆོག་རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་གནས་པའི་དཔལ་བོ་མཁའ་འགྲོ་སྤང་མ་རྒྱལ་ས།
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རི་ཁྲོད་ཀྱི་རྒྱལ་གནས་བྱིན་རྒྱལ་མཆོག་རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་གནས་
པའི་དཔལ་བོ་མཁའ་འགྲོ་སྤང་མ་རྒྱལ་ས། ཞེས་གསུངས་སོ།

1 ལྷོ་གྲོ་བོ་ཡུང་། ལྷོ་བརྒྱུར་གྱི་རྒྱལ་པོ་མར་པ་ལོ་ཚུ་བ་དང་ཁོང་གི་སྤོབ་མ་ཀ་
ཆེན་བཞེ་སོགས་ཀྱི་རྒྱལ་གནས་བྱིན་རྒྱལ་མཆོག་ཅན་ཡིན། ད་ལྟ་ལྷོ་བྲག་རྩོད་སྤྱོད་ཡོད།

2 འབྲོག་ལ་ཕྱི་རྒྱལ་བར། རྩོམ་བཀྲ་མི་ལ་རས་པས་རྒྱལ་གནས་རྩོམ་བཀྲ་ཤིས་ཆེ་
རིང་མཆེད་ལྷ་ལ་བཀའ་བསྟོད་པའི་བཞག་མཛད་པའི་གནས་ཡིན། ད་ལྟ་པལ་
ཆེར་དྲིང་རི་རྩོད་ཁོངས་སྤྱོད་ཡོད།

3 རྩོམ་བཀྲ་ཤིས་ཆེ་རིང་མ་མཆེད་ལ། རྩོམ་སྤང་མའི་རི་བོ་དང་རི་སྤྱན་རྒྱལ་སྤྱོད་
ཡིན། ད་ལྟ་དྲིང་རི་རྩོད་ཁོངས་སྤྱོད་ཡོད།

4 ཤར་དྲགས་ལྷ་དཔལ་གྱི་སྒྲུབ་པོ། དྲགས་པོ་རྩོད་གཞོན་རྒྱལ་རྩོམ་བཀྲ་མི་ལ་
རས་པས་ཡུང་བསྟན་པའི་རྒྱལ་གནས་བྱིན་རྒྱལ་མཆོག་ཅན་ཡིན། ད་ལྟ་རྒྱ་ཆོ་རྩོད་
ཁོངས་སྤྱོད་ཡོད།

5 རྟོད་ཡུང་མཆུར་ཕྱ། ཀམ་པ་དུས་གསུམ་མཁུན་པའི་རྒྱལ་གནས་བྱིན་རྒྱལ་མཆོག་
ཅན་ཡིན། ད་ལྟ་རྟོད་ཡུང་བདེ་ཆེན་རྩོད་ཁོངས་སྤྱོད་ཡོད།

6 ཀློག་པོ་གནས་ནང་། ཀམ་པ་དུས་གསུམ་མཁུན་པའི་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱལ་གནས་ཏི། ད་ལྟ་
ཁམས་ལི་ཐང་རྩོད་ཁོངས་སྤྱོད་ཡོད།

7 ཀམ་རི་གླིང་། ཀམ་དུས་གསུམ་མཁུན་པས་བཏབ་པའི་དཀོན་པ་དང་རྒྱལ་

གནས་གལ་ཆེན་ཞིག ། ཀམ་དགོན་པ་ཟེར། ད་ལྟ་ཆབ་མདོ་ཀམ་ལྷེ་ཤོག་ན་ཡོད།

8 ཤར་ཕྱོགས་སྤངས་རི། ཀམ་པ་དང་པོ་རུས་གསུམ་མཁུན་པས་བཏབ་སྐབ་
གནས་ཡིན། ད་ལྟ་ཁམས་འབའ་ཐང་རྫོང་ཁོངས་སུ་ཡོད།

9 ལྟོ་གནས་མཆོག་དཔལ་གྱི་རྩ་རི་ཏ། བོད་སྟོ་ཡུལ་རུ་གནས་པའི་དཔལ་འཁོར་
ལོ་སྟོན་པའི་ལོ་བྱང་གི་གནས་རི་འདི་ཉིད། གཙང་པ་རྒྱ་རས་ཡེ་ཤེས་རྩོད་རྒྱུས་
གནས་སྟོན་ཕྱིན་ཤིང་། སྟོན་ལོ་ནམ་ཤར་ལ་གནས་འདུས་ཡིན་སྟབས་རོང་སྟོར་
འགྲོ་བའི་སྟོན་གཏོད། དེར་རུས་བོད་ལྗོངས་ལྟོ་ཁ་ལྷན་ཅེ་རྫོང་ཁོངས་སུ་ཡོད།

10 གངས་དཀར་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཉི་ལེ། མཆོ་མ་པམ་པ། འདི་རྩེ་བཙུན་མི་ལ་རས་
པས་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས་པའི་དཔལ་འཁོར་ལོ་བདེ་མཆོག་གི་གནས་རི་དང་། གནས་
མཆོ་ཡིན་ཞིང་། རྟོ་ལོ་ནམ་ཤར་ལ་གནས་འདུས་ཡིན་སྟབས་གངས་སྟོར་དང་
མཆོ་སྟོར་འགྲོ་བའི་སྟོན་གཏོད།

11 རོང་བཙན་ཁ་བ་དཀར་པོ། ཀམ་པ་རང་བྱུང་རྩོད་རྒྱུས་གནས་སྟོན་ཕྱིན་པའི་
དཔལ་འཁོར་ལོ་བདེ་མཆོག་གི་གནས་རི་བྱིན་རྒྱབས་ཅན་སྟེ། ཡུག་ལོ་ནམ་ཤར་
ལ་གནས་འདུས་ཡིན་སྟབས་གནས་སྟོར་འགྲོ་བའི་སྟོན་གཏོད། དེར་རུས་ཁམས་
བདེ་ཆེན་རྫོང་ཁོངས་སུ་ཡོད།

12 ཆོས་འཁོར་ལྷ་ས། འཕགས་པ་སྐུན་རས་གཟིགས་ཀྱིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་
གནས་མཆོག་བྱུང་པར་ཅན་ཡིན་སྟབས། གནས་དེ་ཐེངས་གཅིག་མཇལ་ན་ཕྱི་མ་
ངན་སོང་རུ་མི་སྐྱེ་བའི་བཤད་སྟོན་ཡོད་སྟབས། བོད་ཡུལ་མཐའ་འཁོར་རུ་གནས་
པའི་མདོ་ཁམས་དང་། བྱ་དྲགས་ཀོང་གསུམ། མངའ་རིས་སྟོར་གསུམ་སོགས་
ཀྱི་མི་རྣམས་མི་ཆོ་གཅིག་ལ་ལྷ་སར་ཐེངས་གཅིག་སྟེབས་ཐུབ་རྒྱུ་རེ་བྱེད་ཅིང་
ཡོད་པ་རེད།

12 དཔལ་གྱི་བསམ་ཡས། ཆོས་རྒྱལ་བྱི་སྟོང་ལྷེ་བཙན་གྱིས་བྱགས་བཞེད་ལྟར་
མཁན་པོ་བོ་རྟི་ས་རུ་དང་། སྟོན་དཔོན་པ་འབྱུང་གནས་རྣམ་གཞིས་ཀྱིས་ས་
འདུལ་མཛད་ཅིང་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་སྐབ་གནས་བྱུང་པར་ཅན་ཡིན། ད་ལྟ་
ལྟོ་ཁ་ག་ནང་རྫོང་ཁོངས་སུ་ཡོད།

ཡེ་ཤུ་དབྱ་བ།

ཐོད་ཀྱི་ཡུལ་རྩ་གཞི་བདག་རྒྱུ་བཤད།

ས་བཅད་དང་པོ། བརྟན་མ་བརྟུ་གཉིས།

སྒྲོབ་དཔོན་པརྟས་མཛད་པའི་བརྟན་མ་བརྟུ་གཉིས་ཀྱི་བསྐྱང་གསལ་ལས།

གཅིག་། དང་པོ་བརྟུ་མོ་བཞི་ནི།

1 གནམ་མཆོ་ཡུག་མོར་གསངས་བའི་མཆན་གསལ་བུ་བདག་ཉིད་ཆེན་མོ་དོ་རྩེ་
ཀྱན་གཤམ་མུ་སྒྲུ་མདོག་མཐིང་ནག་ལྷ་བ་ལྷ་བ་རིན་ཆེན་བརྟན་ུ་རྩེ་སྒྲུ་ལྷ་
མཆན་དང་ནི་མེ་ལོང་བསྐྱམས་ུ་ འབྲུག་ལ་ཆིབས་ནས་བཀའ་ཡི་བྱ་ར་མཛད་ུ་
གནམ་མཆོ་ཡུག་མོར་བྱེད་དེང་རུས་འདམ་གཞུང་རྩོད་ཁོངས་དང་། བྱེད་དཔལ་
མགོན་རྩོད་ཁོངས་སྒྲུ་ཡོད།

2 མོན་ཡུལ་རྩོ་མོ་གངས་རི་གསངས་བའི་མཆན་ུ་ དཔལ་ལྷན་ཉ་རི་དོ་རྩེ་
གཤམ་མ་སྒྲུང་སྒྲུ་མདོག་སྒྲུ་རིན་ཆེན་དར་གྱིས་བརྟན་ུ་ ཤང་ལང་དང་ནི་
ཞགས་པ་བསྐྱམས་པ་སྒྲེ་ རྒྱང་ལ་ཆིབས་ནས་བཀའ་ཡི་བྱ་ར་མཛད་ུ་

3 སྒྲུ་ཀྱི་བཀྱ་ཤིས་ཆོ་རིང་གསང་བའི་མཆན་ུ་ གངས་ཀྱི་ཡུལ་ཆེན་དོ་རྩེ་ཀྱན་
རུ་བཟང་ུ་ སྒྲུ་མདོག་མཐིང་དམར་དར་དང་རུས་པས་བརྟན་ུ་ དོ་རྩེ་དང་ནི་
རུམ་པ་བསྐྱམས་པ་སྒྲེ་ སང་གེ་ཆིབས་ནས་བཀའ་ཡི་བྱ་ར་མཛད་ུ་ བཀྱ་ཤིས་
ཆོ་རིང་མའི་གནས་རི་དེང་རུས་དིང་རི་རྩོད་ཁོངས་སྒྲུ་ཡོད།

4 ཡར་འབྲོག་མཆོ་བདག་ཆེན་མོ་གསང་བའི་མཆན་ུ་ འབྲོག་ཆེན་འཁོར་རུ་
དོ་རྩེ་བཞེགས་ཀྱི་གཙོ་སྒྲུ་མདོག་ནག་མོ་རིན་ཆེན་དར་གྱིས་བརྟན་ུ་ རུ་མཆན་
རྩ་ལྷ་དང་ནི་ཞགས་པ་བསྐྱམས་ུ་ རྩེ་ཆིབས་ནས་བཀའ་ཡི་བྱ་ར་མཛད་ུ་ ཡར་
འབྲོག་གཡུ་མཆོ་དེང་རུས་སྒྲུ་མཁར་རྩོད་ཁོངས་སྒྲུ་ཡོད།

གཉིས། གཞོད་རྒྱན་མོ་བཞི་ནི།

5 རྩ་བུ་གངས་དཀར་མ་ནི་གསང་བའི་མཆན་ུ་ གངས་དཀར་ཤ་མེད་དོ་རྩེ་

སྤྱན་གཅིག་མེ་སྤྱུ་མདོག་དཀར་མོ་དར་ཆོན་རིན་ཆེན་བརྒྱན་ཅོར་བ་དང་ནི་
བྱམ་པ་བསྐྱམས་པ་སྟེ་ ཤ་བ་ཆིབས་ནས་བཀའ་ཡི་བྱ་ར་མཛད་ཅེ་

6 རུ་མཆོམས་ཇོ་མོ་ཁ་རག་གསང་བའི་མཆོན་ཅེ་ ཁ་རག་བྱུང་བཅུན་དོ་རྩེ་
དཔལ་གྱི་ཡུམ་ཅེ་ དཀར་ལ་དམར་བའི་མདངས་ལྷན་ཆ་བྱས་བརྒྱན་ཅིན་ཆེན་
སྤྱུ་ཆོགས་དར་གྱིས་ལྷབ་ལྷབ་མཛེས་ཅེ་ རྒྱ་མ་རུ་དང་མེ་ལོང་བསྐྱམས་པ་སྟེ་ བྱ་
བྱུང་ཆིབས་ནས་བཀའ་ཡི་བྱ་ར་མཛད་ཅེ་

7 བྱང་སྟོད་དོ་དམར་མཆོ་བདག་གསང་བའི་མཆོན་ཅེ་ གསེར་ཆེན་མཁའ་ལྷིང་དོ་
རྩེ་ལྷ་མོ་རྒྱལ་ཅེ་ སྤྱུ་མདོག་དཀར་དམར་དར་ཟབ་རིན་ཆེན་མཛེས་ཅེ་ སྤྱུ་ཆེན་
དང་ནི་པར་བྱ་བྱག་ན་བསྐྱམས་ཅེ་ རྒྱ་མཆོག་ཆིབས་ནས་བཀའ་ཡི་བྱ་ར་མཛད་ཅེ་

8 སྟོམ་རའི་རྒྱང་ན་རབ་འབྱམས་གསང་བའི་མཆོན་ཅེ་ ཆ་རི་རབ་འབྱམས་དོ་རྩེ་
དྲག་མོ་རྒྱལ་ཅེ་ སྤྱུ་མདོག་དཀར་སྟོ་དར་ཟབ་རིན་ཆེན་བརྒྱན་ཅི་ཅོན་དང་ནི་
འབར་གཞོང་བསྐྱམས་པ་སྟེ་ འབར་བ་ཆིབས་ནས་བཀའ་ཡི་བྱ་ར་མཛད་ཅེ་
དེར་རུས་མགོ་ལོག་བྱུལ་ཆ་ཆེན་རྫོང་ཁོངས་སུ་ཡོད།

གསུམ། སྤྱན་མོ་བཞེ་ནི།

9 ཀོང་པོ་ཀོང་བཅུན་དེ་མོ་གསང་བའི་མཆོན་ཅེ་ ཀོང་བཅུན་དེ་མོ་དོ་རྩེ་པོད་
ཁམས་སྦྱོང་ཅེ་ སྤྱུ་མདོག་སྤྱག་ནག་དར་དང་རུས་པས་བརྒྱན་ཅི་མདའ་དར་དང་
ནི་ཟ་མ་ཏྲོག་གཅིག་བསྐྱམས་ཅེ་ སྤྱིན་གསེབ་རྒྱང་བསྦྱོད་བཀའ་ཡི་བྱ་ར་མཛད་ཅེ་
འདི་དེར་རུས་ཀོང་པོ་ཉིང་བྱི་རྫོང་ཁོངས་སུ་ཡོད་པར་འདྲ།

10 ཞེ་དཔྱལ་ལོ་རོའི་ཡོངས་བདག་གསངས་བའི་མཆོན་ཅེ་ བཅོན་ལ་ལ་རོ་དོ་རྩེ་
སྤྱན་གཅིག་མེ་སྤྱུ་མདོག་སྤྱག་ནག་རིན་ཆེན་རུས་རྒྱན་གསོལ་ཅེ་ ལྷབ་ལྷབ་དར་
དང་འབྲང་རྒྱས་བསྐྱམས་པ་སྟེ་ མཛོ་མོ་ཆིབས་ནས་བཀའ་ཡི་བྱ་ར་མཛད་ཅེ་
འདི་ཡང་ཉིང་བྱི་རྫོང་ཁོངས་སུ་ཡོད་པར་འདྲ་བས་དབྱད་དགོས།

11 གཙང་གི་རོ་མོ་ནགས་རྒྱལ་གསང་བའི་མཆོན་ཅེ་ མོ་བཅུན་ཤུག་ཆོས་དོ་རྩེ་
གཡར་མོ་བསོལ་ཅེ་ སྤྱུ་མདོག་དམར་མོ་དར་དང་ལྷབ་ལྷབ་མཛེས་ཅེ་ རིན་ཆེན་
འབར་བ་དང་ནི་ཉིང་ཤགས་བསྐྱམས་ཅེ་ ཤ་མོ་ཆིབས་ནས་བཀའ་ཡི་བྱ་ར་མཛད་ཅེ་

12 བྱད་གྱི་རྩོམ་གཡུ་རི་གསང་བའི་མཆོན་ གཡུ་ཡི་དྲིལ་བུ་རྩོམ་གྱི་ལེ་མ་ སྤྱི་
 མདོག་དམར་སེར་རིན་ཆེན་རྩ་མཁུ་ དྲིལ་བུ་དང་ནི་བརྒྱ་བསྐྱམས་པ་སྟེ་
 སྤྱི་ལ་ཞོན་ནས་བཀའ་ཡི་བྱ་ར་མཛད་ འདི་ཡར་སྤངས་སྤང་བུ་ན་བཞུགས་
 པར་གསུངས་པས་དེར་རྩལ་སྟེ་གདོང་རྩོང་ཁོངས་སུ་ཡོད་པར་འདྲ།

ས་བཅད་གཉིས་ལ། ཆེ་རིང་མཆེད་ལ།

བཀའ་སྤང་ཆེ་རིང་མཆེད་ལ་ནི། རྩོམ་སྤང་མའི་རི་བོ་ཡིན་ཞིང་ད་ལྟ་དྲིང་རི་
 རྩོང་ཁོངས་སུ་ཡོད། དེ་ཡང་ཆེ་རིང་མཆེད་ལ་འུ་ནམ་པ་བཛོད་པ་ནི། དམ་ཅན་
 སྤྱི་གཏོར་ཁ་འགོངས་ལས། འོད་གསལ་སྤྱིང་ཉིད་ངང་ལས་སྤྱིང་ཅིག་གིས་
 མདུན་རྩ་མཐོན་མཐིང་རྒྱལ་མོའི་གངས་གྱི་རི་ ལྷན་སྤྱི་མཛེས་ཤིང་བཛོད་
 ཆགས་ནང་ཁོངས་སུ་ སྤྱི་ལྟོངས་མེ་ཏོག་བཀྲ་བའི་སྤྱི་ཆེལ་དབུས་ དར་
 དཀར་ལྷིང་གུར་ཡངས་པ་པད་ཟླ་དང་། སེང་གེ་དཀར་མོ་དྲེགས་པས་འགྱིང་
 པའི་སྤྱིང་ རྩི་ལས་ཆེ་ཡི་དབང་སྤྱི་སྤྱི་མདོག་དཀར་ དར་དང་རིན་ཆེན་
 རྒྱན་ལྷན་ཞི་ཞིང་འཕྱུ་མ་སྤྱི་གཡུ་རི་རྩོམ་བཅས་མདའ་དར་གཡོ་བ་

གཡོན་པས་འཆི་མེད་ཆེ་ཡི་བུམ་བཟང་བསྐྱམས་ མཐིང་གི་ཞལ་བཟང་
 འཕྲུལ་གྱི་མེ་ལོང་ཐོགས་ མཐིང་གསལ་རྒྱན་ལྷན་རྒྱང་བུ་ཁ་དཀར་ཆེབས་ མི་
 གཡོ་སྤང་བཟང་རོ་བརྒྱའི་ཞལ་ཟས་བསྐྱམས་ གསེར་མདོག་བཛོད་ཆགས་སྤྱི་
 མོ་གྲུས་མ་ཆེབས་ ཅོད་པན་མགྱིན་བཟང་འདོད་འབྱུང་ཕྱེ་ལེ་ཐོགས་ རྩ་གཡི་
 མདངས་འཆོར་ཤ་བ་ཡུ་མོ་ཆེབས་ ཏལ་དཀར་འགྲོས་བཟང་བཅུད་མཆོག་རྩལ་
 བསྐྱམས་ ལྷང་གསལ་ཁོ་འཕྱུ་གཡུ་འབྲུག་སྤྱི་མོ་ཆེབས་ གྲུན་གྱང་སྤྱི་
 གནས་རང་རང་དངོས་གྲུབ་ཆོགས་ ཐོགས་མེད་རྩུར་རྩུ་འགྲུགས་པའི་མདའ་དར་
 གཡོ་བ་ ཞེས་གསུངས་པ་དང་།

ཆེ་རིང་མཆེད་ལ་འུ་ནམ་ཐོད་གཏོར་ལས། རྩོམ་མི་འགྱུར་དཔལ་གྱི་ཡུམ། སྤྱི་
 མདོག་དཀར་མོ་གཞོན་ཚུལ་ཅན། སྤྱི་གཡུ་གསལ་གསེར་གྱི་རྩོམ་བསྐྱམས། །
 གཡོན་པས་ཆེ་ཡི་བུམ་པ་འཛིན། བུམ་པའི་སྤྱིང་ན་དཔལ་བེ་དང་། གཡུང་
 རྩུང་རིན་ཆེན་འབྲིལ་པས་བརྒྱན། ལྷབ་ལྷབ་ན་བཟའི་རྒྱན་དང་བཅས། ཁིལ་

སྒྲུབ་རྩལ་མོའི་སྤྱོད་དང་བཅས། །རིན་ཆེན་དུ་མས་མཛེས་པར་བརྒྱན། །བཀྲ་
ཤིས་ཆོ་ཡི་གཙུག་མོ་སྟེ། །ཆིབས་སུ་སེང་གེ་དཀར་མོ་ཆིབས། །གངས་དཀར་སྟོང་
ན་བཞུགས་པ་མོ། །ཞེས་རྩོམ་བཀྲ་ཤིས་ཆོ་ཡི་དབང་ཕྱུག་མའི་རྣམ་པ་བརྟེན་པ་
དང་། །ལྷ་མོ་མཐིང་གི་ཞལ་བཟང་མ། །རྩོམ་ཁྲིམས་མ་ཞེས་སུ་གྲགས། །སྤྱོད་
མདོག་སྤྱོད་བསངས་འཆོར་བག་ཅན། །ཆིབས་སུ་རྒྱུད་བྱ་ཁ་དཀར་ཆིབས། །ཕྱུག་
གཡས་དངུལ་དཀར་མེ་ལོང་བརྒྱམས། །གཡོན་པས་ལྷ་ཡི་བ་དན་ཕྱར། །སྤྱོད་
དར་དཀར་ན་གཟུང་གསོལ། །སེལ་སྒྲུབ་རྩལ་མོའི་སྤྱོད་དང་བཅས། །ཞེས་མཐིང་
གི་ཞལ་བཟང་མའི་རྣམ་པ་བརྟེན་པ། །ལྷ་མོ་མི་གཡོ་སྤྱོད་བཟང་མ། །གསང་
མཆོན་རྩོམ་ཁྲིམས་པ་མོ། །སྤྱོད་མདོག་གསེར་མོ་གསེར་གྱི་མདོག། ཆིབས་སུ་རྒྱ་
རྒྱག་ཁྲ་བོ་ཆིབས། །ཕྱུག་གཡས་རིན་ཆེན་སྤེར་བཟང་ནང་། །ལྷ་ཡི་ཞལ་བས་སྤྱོད་
ཆོགས་བརྒྱམས། །གཡོན་ན་ནེ་ལའི་རྒྱལ་པ་འཛིན། །ཞེས་མི་གཡོ་སྤྱོད་བཟང་
མའི་རྣམ་པ་བརྟེན་པའོ། །ལྷ་མོ་ཅོད་པན་མགིན་བཟང་མ། །རྩོམ་དཔལ་མོ་
ལོངས་སྟོང་ཡུམ། །སྤྱོད་མདོག་དམར་གསལ་མདངས་དང་ལྷན། །ཆིབས་སུ་ཤ་
བ་ཡུ་མོ་ཆིབས། །ཕྱུག་གཡས་ཡིད་བཞིན་ལོར་བྱ་དང་། །ཕྱུག་གཡོན་རིན་ཆེན་
སྤྱོད་བྱ་བརྒྱམས། །ཞེས་ཅོད་པན་མགིན་བཟང་མའི་རྣམ་པ་བརྟེན་པའོ། །ལྷ་མོ་
གཏད་དཀར་འགྲོ་བཟང་མ། །གསང་མཆོན་རྩོམ་གར་མཁན་མ། །སྤྱོད་མདོག་
སྤྱོད་ལྷང་མདངས་དང་ལྷན། །ཆིབས་སུ་གཡུ་འབྲུག་སྤྱོད་མོ་ཆིབས། །ཕྱུག་གཡས་
རྩ་མཆོག་དུས་དང་། །གཡོན་པས་སྤྱལ་གྱི་ཞགས་པ་བརྒྱམས། །ཞེས་གཏད་
དཀར་འགྲོ་བཟང་མའི་རྣམ་པ་བརྟེན་པའོ། །

ས་བཅད་གསུམ་པ། སྤྱིད་པ་ཆགས་པའི་ལྷ་དགུ།

འབེ་ལོ་ཆོ་དབང་ཀུན་ཁྲབ་གྱིས་མཛད་པའི་མགོན་པོའི་དམིགས་རིམ་ལས། སྤྱིད་
པ་ཆགས་པའི་ལྷ་དགུ་ནི། ༡ དྲི་བ་བྱུང་སྟེང་ལྷ་པ། ༢ བཅོན་ཡམ་ཤུད་དམར་པོ།
༣ སྤྱིན་པོ་རྩ་ཤ་གྱི་བ། ༤ རྒྱ་རྒྱལ་འཛོག་པོ། ༥ མིའམ་ཅི་ལྟོན་པ། ༦ གནོད་སྤྱིན་
གང་བཟང་། ༧ རྒྱལ་བུམ་རྒྱལ་པོ་རྩ་མགོ། ༨ བདུད་སྒྲོས་རྩོམ་དཀར། ༩ མཁའ་
ལྷིང་རྒྱལ་པོ་གསེར་མིག་འབྲིལ་པ་དང་དགུའོ། །འདི་ཡང་དག་ཡིན་ངེས།

ཆོས་ཀྱི་ནུས་གངས་ཤེས་ལྡན་ཡིད་ཀྱི་དགའ་ལྟོན་ལས། འོ་དེ་གྲང་རྒྱལ་ལ་བྱ་དག་བྱུང་ཞི། ལྟོ་ཁའི་
 ཡར་ལྟ་ཤམ་པོ། འདམ་གཞུང་ཚོང་ཁོངས་གཉན་ཆེན་ཐང་ལ། མ་ཆེན་ཚོང་ཁོངས་མ་ཆེན་སྒྲིམ་ར།
 ཁྱི་འདུ་ཚོངས་ཁོངས་སྒྲིགས་ཆེན་ལོང་ར། རྒྱ་མཚོ་ཚོང་ཁོངས་སྒྲིམ་པོ་ལྟ་རྒྱེ། ཞེགས་ལྟ་རྒྱལ་པོ། རྩོ་པོ་
 གཡུལ་རྒྱལ། ཤེའུ་ཁ་རག་ནམས་སོ། འདི་གད་ནི་སྤྱད་མངའ་རིས་སྒོར་གསུམ་དང་། བར་དབུས་
 གཙང་ཅུ་བཞི། སྤྱད་མདོ་ཁམས་སྐར་གསུམ་བྱུག་ལྟེ་པོད་ཀྱི་སྤྱད་སྤྱད་བར་གསུམ་ལ་གནས་པའོ། །
 འདི་དག་མགུར་ལྟ་བུ་གསུམ་གྱི་ཡ་གྲུལ་ཡིན་པས་ནོར་བར་དེས། །

སྤེལ་ལུང་པ་བཞད་པའི་རྩོ་རྒྱུ་མཚོང་པའི་དམ་ཅན་བསྟན་སྤྱང་གི་ནུས་ཐར་
 ལས། འོ་དེ་གྲང་རྒྱལ་ལ་ལ་གཙང་ཁུལ་དུ་བྱོན་ནས་ཐང་ང་གཙང་པོ་དང་བཤོས་
 པས་གཙང་ལྟ་བུ་དར་འབྱུངས། སྤྱིད་རོ་ལྡང་སྟོན་དུ་ཐང་ང་སྤྱིད་མོ་དང་བཤོས་
 པས་སྤྱིད་ལྟ་བུ་མ་འབྱུངས། མདོ་ཉི་རི་ནག་དུ་ཐང་ང་མདོ་མོ་དང་བཤོས་པས་
 མདོ་ལྟ་རི་པོ་འབྱུངས། ཡར་ལུང་སོག་ཁར་ཐང་ང་ཡར་མོ་དང་བཤོས་པས་
 ཡར་ལྟ་ཤམ་ཆོ་འབྱུངས། གཉལ་དུ་གཉལ་མོ་ཐང་ང་དང་བཤོས་པས་གཉལ་ལྟ་
 སྤྱར་པོ་འབྱུངས། ཞེ་ཡུལ་དུག་དུ་ཞེ་མོ་ཐང་ང་དང་བཤོས་པས་ཞེ་ལྟ་སྤྱི་དཀར་
 འབྱུངས། ཀོང་སྤྱད་དུ་ཐང་ང་མཆིམས་མོ་དང་བཤོས་པས་མཆིམས་ལྟ་ཐང་
 ཆོགས་འབྱུངས། དུགས་ཡུལ་ཤིང་ནགས་སུ་ཐང་ང་དུགས་པོ་དང་བཤོས་པས་
 དུགས་ལྟ་སྒྲིམ་པོ་འབྱུངས། ཀོང་ཡུལ་བྲེ་སྤར་ཐང་ང་ཀོང་པོ་དང་བཤོས་པས་
 ཀོང་བཅུན་དེ་མོ་འབྱུངས། ཞེས་སོགས་གསུངས་སོ། །

ས་བཅད་བཞི་པ། ཐོད་ཀྱི་མགུར་ལྟ་བུ་གསུམ།

ཆོས་ཀྱི་ནུས་གངས་ཤེས་ལྡན་ཡིད་ཀྱི་དགའ་ལྟོན་ལས། ཐོང་གི་སྤྱིད་པ་ཆགས་
 པའི་ལྟ་དགའི་སྤྱིང་དུ། རྩོ་མོ་མཆིམས་ལྟ། རྩོ་པོ་ངོས་གསུམ། རྩོ་པོ་གཡལ་སྤང་།
 རྩོ་པོ་ཁུག་ལྟ་བཅས་བཞི་བསྟན་པའོ། དེ་ནུས་སྤྱང་བཅན་སྒྲིམ་པོ་དང་། ཁྱི་
 སྤྱང་ལྟ་བཅན་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་པའི་སྤྱང་མ་ཡིན་པས་ན་རྩོ་ཡི་མགུར་ལྟ་བུ་
 གསུམ་བེར། ཞེས་སོ། །

ས་བཅད་ལྔ་པ། དགེ་བསྟན་ཉེར་གཅིག

དགེ་བསྟན་ཉེར་གཅིག་ནི། དུང་དཀར་ཆོག་མཚོང་ལས། 1 གཉན་ཆེན་ཐང་
 ལ། 2 རྩོ་རྩོ་གངས། 3 མ་རྒྱལ་སྒྲིམ་ར། 4 མང་མཁར་གངས། 5 ལུ་ལེ་གངས།

6 ལ་ཕྱི་གངས། 7 ཆོ་རིང་གངས། 8 ལྷ་ནམ་གངས། 9 ཉི་ལྷོ་ལ་གངས། 10 འོ་དེ་གངས། 11 རྩོལ་ཤམ་པོ། 12 གསལ་རྩོལ་གངས། 13 རྩོ་བ་གངས། 14 རྩ་རི་གངས། 15 བྱང་ལྷ་ར་གངས། 16 སོ་མ་གངས་རྩོ། 17 ལྷ་ལྷ་རི་གངས། 18 གཙང་རྩོ་མོ་ཁ་རགས་གངས། 19 རྩོ་རྩོལ་གངས་བཟང་། 20 རྩ་ལ་ཆེ་རུ་ལ་གངས། 21 ཀོང་པོ་ལ་ལེའི་གངས།

ས་བཅད་བྱག་ལ། མདོ་ཁམས་བོད་ཀྱི་རྩོད།

རྩོ་བོའི་ལྷོ་གས་ཆེན་སྤང་རྩོ་དང་། རྩོ་ཡི་རྩོ་རྩོ་ལ་འཕེན་ལྷོ་གྱི་ཤར་གྱི་མ་ཆེན་སྤོམ་རྩོ། ཆོ་བའི་རྩོ་རྩོ་རྩོ་དཀར་། ཟེལ་སྤོམ་རྩོ་རྩོ་གཡུ་འབྱུག་། རྩོ་ཡི་ཁ་ཤུ་མེ། རྩོ་མི་གངས་དཀར་མཆོད་བརྒྱད་། རྩོ་ཤོད་ཁ་བ་ལོག་རི། མདོ་སྤང་བྱག་ར་ལྷ་ཆེ། རྩོ་ཡི་རོང་ལ་རྩོ་མཆོད། མི་ཉག་གཡུ་རི་ཆེ་བརྒྱ། མ་སྤོད་ཆེ་ལྷ་བཅུ་གསུམ་དང་། མ་སྤང་མཐོན་པོ་དགུ་སྟེག་རྩོ་མས་ནི་རབ་འབྱམས་པ་རྩོ་ཉ་མ་རྩོ་སྤལ་བཟང་བཟོད་པའི་ཞལ་གསུང་ལྷ་ར་བཀོད་པར།

མ་སྤོད་ཆེ་ལྷ་བཅུ་གསུམ། 1 མདོ་མོ་རི་ཆེ། 2 ཡག་ར་སྟག་ཆེ། 3 མ་ལ་མཆོལ་ཆེ། 4 ལྷ་ནམ་མདུང་ཆེ། 5 བོང་ཆོ་གཡུ་ཆེ། 6 མཆོ་བར་དཀར་ཆེ། 7 དཀར་ལི་ལྷ་ཆེ། 8 རུ་ལ་སྟག་ཆེ། 9 རྩོ་ནམ་མདུང་ཆེ། 10 བྱག་དཀར་ལྷ་ཆེ། 11 བྱི་བ་སྟག་ཆེ། 12 སྤལ་སྟག་ཆེ། 13 བྱ་རི་སྟག་ཆེ། འདི་དག་སལ་ཆེར་དེང་རུས་མགོ་ལོག་ས་ཁུལ་རུ་ཡོད།

① ལ་ཕྱི་འདུ་རྩོད་ཁོངས།

② རྩོ་སྤོད་རྩོད་ཁོངས།

③ མགོ་ལོག་མ་ཆེན་རྩོད་ཁོངས།

④ འདོ་མདུང་རྩོད་ཁོངས།

⑤ རྩོ་དགུ་རྩོད་ཁོངས། རྩོ་ཟེལ་སྤོམ་ཡང་ཟེལ་འབྱུག །

⑥ བྱང་ཆེན་རྩོད་ཁོངས།

⑦ ཉག་རོང་རྩོད་ཁོངས།

⑧ དར་མདོ་རྩོད་ཁོངས།

⑨ དར་མདོ་རྩོད་ཁོངས།

མ་སྒྲུབ་མཐོན་པོ་དགུ་སྟེག་ནི། 1 བླ་མ་རིའི་མར་སགམ་མཐོན་པོ། 2 ཁོ་ཉིའི་
ཤེལ་སྒྲིང་མཐོན་པོ། 3 ལུན་པོའི་གསེར་དེལ་མཐོན་པོ། 4 ཆ་ཡི་རྩུང་རི་མཐོན་
པོ། 5 དཀར་པོའི་ཆོས་ལུང་མཐོན་པོ། 6 སྟོག་འཛོང་རི་སྒྲིང་མཐོན་པོ།
7 དྲངས་ཀྱི་དྲངས་རི་མཐོན་པོ། 8 རྒྱུ་གི་ལྷ་རི་མཐོན་པོ། 9 རྒྱུ་དཀར་གསལ་
རི་མཐོན་པོ། དང་པོ་ནས་གསུམ་པའི་བར་དེང་སང་མགོ་ལོག་ས་ཁུལ་གྱི་ཁོངས་
དང་། བཞི་པ་ནས་དགུ་པའི་བར་དེང་སང་ཀན་ལྷོ་བོད་རིགས་རང་སྐྱོང་ཁུལ་མ་
རྒྱུ་ཁོང་ཁོངས་སུ་ཡོད་ཅིས་གསུངས་སོ། །

ས་བཅད་བརྒྱན་པ། ལྷག་གཟིག་ཞོར་བྱ་ཆ་བརྒྱན་གྱི་ཞོར་བཤད།

1 ལྷ་མིག་དང་པོ་གཉན་ཆེན་ཐང་ལྷ་ལ་བབས། དེང་རུས་འདམ་གཞུང་ཁོང་
ཁོངས་སུ་ཡོད། དེ་ལ་ཞོར་གཡང་དཀར་མེར་དམར་ལྷང་གི་དཀྱིལ་འཁོར་ཆ་
ཆང་མ་ཐོབ། དེ་སྟོགས་ལ་གོས་ཞོར་འབྲི་ར་ལུག་རྒྱུང་འཁོར་གི་དངོས་བྱུང་རྒྱས་
པ་བྲངས་བྱུང་།

2 ལྷ་མིག་གཉིས་པ་ཐོ་བོའི་སྟོགས་ཆེན་སྒྲིང་ར་ལ་བབས། དེང་རུས་སྒྲིུ་རང་
སྐྱོང་ཁུལ་གྱི་འདུལ་ཁོང་ཁོངས་སུ་ཡོད། དེ་ལ་གསེར་གྱི་མཆོད་རྟེན་དང་མརྒྱལ་
ཐོབ། དེ་སྟོགས་ལ་གསེར་དུལ་གྱི་དངོས་བྱུང་དང་ཆི་ཤིང་གི་ལོ་འདབ་རྒྱས་
པར་གྱུར།

3 ལྷ་མིག་གསུམ་པ་ཤར་གྱི་མ་ཆེན་སྒྲིུ་ར་ལ་བབས། མགོ་ལོག་རང་སྐྱོང་ཁུལ་མ་
ཆེན་ཁོང་ཁོངས་སུ་ཡོད། དེ་ལ་རྟ་མཆོག་ལྷ་བ་མགོ་གསུམ་ཐོབ་པས། དེ་སྟོགས་
ལ་རྟ་ཡི་དངོས་གྱི་གཏེར་ཟད་མེད་བྱུང་།

4 ལྷ་མིག་བཞི་པ་རྩེལ་ཤོད་ཁ་བ་ལོག་རི་ལ་བབས། དེང་རུས་ཉག་རོང་ཁོང་
ཁོངས་སུ་ཡོད། དེ་ལ་ཆོང་གཡང་འགྲུགས་པའི་ལྷགས་བྱུ་ཐོབ། དེ་སྟོགས་ལ་རྒྱ་
ཞོར་ཆོང་གི་དངོས་བྱུང་རྒྱས།

5 ལྷ་མིག་ལྷ་པ་རོང་བཅན་ཁ་བ་དཀར་པོ་ལ་བབས། དེང་རུས་བདེ་ཆེན་ཁོང་
ཁོངས་སུ་ཡོད། དེ་ལ་མངར་རིགས་ལྷ་བ་དཀར་ཆོས་དེ་ཐོབ། དེ་སྟོགས་ལ་
མངར་རིགས་དང་སྤྲ་རྒྱུག་གི་ལོ་འདབ་རྒྱས།

6 ལྷ་མིག་དྲུག་པ་མི་ཉག་གཡུ་རི་ཅི་བརྒྱལ་བཅས། དེར་རྒྱས་དར་མདོ་རྫོང་
ཁོངས་སུ་ཡོད། དེ་ལ་འབྲུག་ཡང་ཁྱུང་གི་སྒོར་ང་ཅམ་དེ་ཐོབ། དེ་ཕྱགས་ལ་གོ་
ནས་སྒྲན་གསུམ་སོགས་འབྲས་ཅི་རྣམས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་རྒྱས།

7 རྩ་ཡི་རྩ་རྒྱལ་འཕན་ཕྱག་ལ། དེར་རྒྱས་རྩ་སྒོར་རྫོང་ཁོངས་སུ་ཡོད། ལྷག་
གཡང་གོང་བ་བཟང་པོ་དེ་ཐོབ། དེ་ཕྱགས་ལ་གཉན་ར་ལྷག་འབྲི་རྣམས་ཀྱི་
དངོས་གྲུབ་རྒྱས།

ས་བཅད་བརྒྱད་པ། བོད་ཀྱི་རྒྱན་སྒྱོད་རི་མོ་ཁག་གཅིག

[[རྣམ་བཅུ་དབང་ལྡན]] རྒྱས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་སྒྲིང་པོ་འཕམ་གཟུངས་སྤགས་ཡི་གེ་
བཅུ་པ་ལ་རྣམ་བཅུ་དབང་ལྡན་ཅེས་ཟེར། ཡི་གེ་བཅུ་པོ་འདི་ནི་ཕྱི་འཇིག་རྟེན་གྱི་
ཁམས། རྒྱང་རྩོ་རྩེའི་ལྷས། གཞན་དཀྱིལ་འཁོར་རྣམ་པ་བཅས་མཆོན་བྱེད་ཡིན། ༡
ཕྱི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་དང་སྒྱུར་ན། ཡི་གེ་རྣམ་པ་བཅུ་པོ་བཅེགས་མར་གནས་
པའི་འོག་གི་ཡ་ཡིག་ནི། འོག་གཞི་རྒྱུང་གི་དཀྱིལ་འཁོར་མཆོན་བྱེད། ཁ་དོག་ལྡང་
ལྷ། དེའི་སྒྲིང་གི་ར་ཡིག་ནི་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་མཆོན་བྱེད། ཁ་དོག་དམར་པོ།
དེའི་སྒྲིང་གི་མ་ཡིག་ནི་རྒྱའི་དཀྱིལ་འཁོར་མཆོན་བྱེད། ཁ་དོག་དཀར་པོ། དེའི་
སྒྲིང་གི་ལ་ཡིག་སའི་དཀྱིལ་འཁོར་མཆོན་བྱེད། ཁ་དོག་སེར་པོ། དེའི་སྒྲིང་གི་མ་
ཡིག་འདོད་ཁམས་པ་མཆོན་བྱེད། ཁ་དོག་ཁྲ་པོ་རྒྱང་པ་དམར་པོ། དེའི་སྒྲིང་གི་
སྤ་ཡིག་གཟུགས་ཁམས་པ་མཆོན་བྱེད། ཁ་དོག་ལྡང་ལྷ། དེའི་སྒྲིང་གི་ཉ་ཡིག་
གཟུགས་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་མཆོན་བྱེད། ཁ་དོག་སྨྲ་པོ། དེའི་སྒྲིང་གི་སྨྲ་ལྡན་རྩ་ཆོས་
རྩ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་མཆོན་བྱེད། ཁ་དོག་དཀར་པོ། དེའི་སྒྲིང་གི་མིག་ལེ་ཉི་མའི་
དཀྱིལ་འཁོར་མཆོན་བྱེད། ཁ་དོག་དམར་པོ། དེའི་སྒྲིང་གི་རྒྱ་དཀྱིལ་སྒྲིང་པ་ལྷ་
གཅན་གྱི་ཁམས་མཆོན་བྱེད། ཁ་དོག་སྨྲ་པོ་བཅས་ཡིན། ༢ རྒྱང་རྩོ་རྩེའི་ལྷས་
དང་སྒྱུར་ན། འོག་གི་ཡ་ཡིག་ལྷས་ཀྱི་རྒྱ་པ་མ་གཉིས་ཀྱི་ཀྱན་རྟོག་གི་འབྲུང་བ་
རྒྱུང་ཁམས་མཆོན་བྱེད། དེའི་སྒྲིང་གི་ར་ཡིག་ནི་ལྷས་རྒྱ་པ་མ་གཉིས་པོའི་ཆགས་
པའི་རྩྭ་འབྲུང་བ་མའི་ཁམས་མཆོན་བྱེད། དེའི་སྒྲིང་གི་བ་ཡིག་ནི་ལྷས་ཀྱི་རྒྱ་པ་
མ་གཉིས་པོའི་ཆགས་རྩྭ་འབྲུང་བ་ལས་བྱུང་བའི་ས་པོན་འབྲུང་བ་རྒྱ་ཡི་ཁམས་

མཚོན་བྱེད། དེའི་སྟེང་གི་ལ་ཡིག་ནི་པ་མ་གཉིས་ཀྱི་ས་བོན་འདུས་པའི་ཁམས་རག་པ་ལུས་ཁམས་ཀྱི་འབྱུང་བ་སའི་ཁམས་མཚོན་བྱེད། དེའི་སྟེང་གི་མ་ཡིག་ནི་ནམ་ཤེས་ཚྭ་གས་རྒྱལ་མཚོན་བྱེད། དེའི་སྟེང་གི་ཀླ་ཡིག་ནི་སྤང་ཁམས་སྐྱེ་མཆེད་ཐམས་ཅད་མཚོན་བྱེད། དེའི་སྟེང་གི་ཏ་ཡིག་ནི་ལུས་ཁམས་ཀྱི་སྒོག་བྱང་དྲི་མ་ནམས་རྒྱ་བའི་བྱ་ག་ནམ་མཁའི་ཁམས་མཚོན་བྱེད། དེའི་སྟེང་གི་ལྷ་ལྷན་ལྷ་ཚོས་ནི་ཙ་ཙ་རོ་མ་མཚོན་བྱེད། དེའི་སྟེང་གི་ཐིག་ལེ་ནི་ཙ་རྒྱང་མ་མཚོན་བྱེད། དེའི་སྟེང་གི་རྣ་ད་ནི་ཙ་དབུ་མ་མཚོན་བྱེད་ཡིན་ནོ། ༡ གཞན་དཀྱིལ་འཁོར་དང་སྐྱར་ན། འོག་གི་ལ་ཡིག་རྒྱང་བུམ་པ་ཅན་འཛིན་པ་ལ་སོགས་པ་རྒྱང་སྐྱོང་བའི་ལས་མཚོན་བྱེད། དེའི་སྟེང་གི་ར་ཡིག་ནི་གཏུམ་མོའི་མེ་ཁམས་ཀྱིས་བདེ་དྲོད་སྐར་བ་མཚོན་བྱེད། དེའི་སྟེང་གི་བ་ཡིག་ནི་སྐྱེ་བོའི་ཐིག་ལེའི་ཁམས་འབར་འཛགས་ཀྱི་ལས་མཚོན་བྱེད། དེའི་སྟེང་གི་ལ་ཡིག་ནི་དྲངས་མའི་ཁམས་ཀྱི་དོ་རྗེའི་ལུས་ཀྱབ་པར་མཚོན་བྱེད། དེའི་སྟེང་གི་མ་ཡིག་འདོད་ཁམས་སུ་སྐྱེས་པའི་བག་ཆགས་སྐྱོང་བ་མཚོན་བྱེད། དེའི་སྟེང་གི་ཀླ་ཡིག་ནི་གཟུགས་ཁམས་སུ་སྐྱེས་པའི་བག་ཆགས་སྐྱོང་བ་མཚོན་བྱེད། དེའི་སྟེང་གི་ཏ་ཡིག་ནི་གཟུགས་མེད་ཁམས་སུ་སྐྱེས་པའི་བག་ཆགས་སྐྱོང་བར་མཚོན་བྱེད། དེའི་སྟེང་གི་ལྷ་ལྷན་ལྷ་ཚོས་ནི་ཐབས་ཀྱི་ཆ་མཚོན་བྱེད། དེའི་སྟེང་གི་ཐིག་ལེ་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་མཚོན་བྱེད། དེའི་སྟེང་གི་རྣ་ད་ནི་བྱང་འདུག་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་མཚོན་བྱེད་ཡིན་ནོ། འདིའི་འགྲེལ་བཤད་རྒྱས་པར་ཤེས་བྱ་ཀུན་ཁྱབ་སོགས་ལ་གཟིགས།

[[གཡུང་རྒྱུད་དགའ་འབྲིལ]] དགའ་འབྲིལ་ནི་བོད་ཀྱི་རི་མོ་རྩིང་ཤོས་ཤིག་ཡིན། འདི་ནི་གཡུང་རྒྱུད་གི་བྱེ་བྲག་གཅིག་ཡིན་སྟབས། མིང་ཡོངས་རྫོགས་ལ་གཡུང་རྒྱུད་དགའ་འབྲིལ་ཟེར། བོན་གྱི་ཡིག་ཆ་ནང་དུ་གཡུང་རྒྱུད་ནི་བརྟན་པ། ལྷ་བ། མི་འཇུག་བ། བྲག་ཤིས་པ་བཅས་ཀྱི་དོན་མཚོན་བྱེད་དུ་བཞེད་སྟོན་འདུག བོད་ཀྱི་ལོ་གསར་སྐབས་སུ་བྱིམ་ཚང་སོ་སོའི་ནང་དུ་གོ་བྱེས་གཡུང་རྒྱུད་དགའ་འབྲིལ་ལ་སོགས་པའི་དཀར་རྟགས་ཀྱིས་བྲག་ཤིས་པའི་རི་མོ་སྒྲ་ཚྭ་གས་འབྲི་སྟོན་ཡོད་པ་ནི་ལོ་གསར་པའི་ནང་དུ་རང་རང་གི་བྱིམ་དུ་ཆོ་བསོད། དབང་ཐང་། ལྷ་གཡང་།

སོགས་འདྲིན་པའི་རྟེན་འབྲེལ་མཚོན་བྱེད་ཅིག་རེད། དེ་བཞིན་རུ་སྤྲེལ་ཆེན་དང་། མི་
དཔོན། བག་མ་གསར་པ་བཅས་གདན་དྲངས་པའི་ལམ་རུ་ས་དཀར་དང་། གྲོ་བྱེ་
སོགས་ཀྱིས་གཡུང་དྲུང་དང་། གཡུང་དྲུང་དགའ་འབྲིལ་སོགས་བགྲ་ཤིས་པའི་རི་
མོ་འབྲི་ནས་ཐེབས་བསུ་བྱེད་པ་ཡང་། འགལ་ཁྱེན་སེལ་ཁྱིང་མཐུན་ཁྱེན་འཛོམས་
པའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཆེད་རུ་སྤྲེལ་པའི་མཛད་སྒོ་ཞིག་རེད་ལ། རྗེས་སུ་ནང་པའི་
ཆོས་ལུགས་དར་རྒྱས་ཁྱེན་པའི་སྐབས་སུ་སྤར་ལུགས་ཀྱི་གཡུང་དྲུང་གཞི་བཞག་གི་
ཐོག་རུ་བགྲ་ཤིས་རྟགས་བརྒྱད་དང་། རྒྱལ་སྤྱི་ལྷ་བརྟན་གྱི་རི་མོ་འབྲི་སྒྲིལ་ཡང་
ཆགས་ཡོད་པ་རེད། ནང་ཆོས་བོད་རུ་དར་བའི་སྐབས་སུ་ཡང་དམངས་ཁྲོད་རུ་
སྤར་དར་སྒྲིལ་ཆེ་བའི་རིགས་གནས་རྟིང་པ་དེ་དག །སོར་བཞག་བྱས་ཏེ་གཡུང་
དྲུང་ནི་སྤྲ་བ་དང་། བརྟན་པའི་དོན་མཚོན་བྱེད་རུ་འཛོགས་ཡོད་པ་ཞེ། གཡུང་
སྐབས་དར་དཀར་མའི་ནང་རུ་ཆེ་གཡང་འགྲག་པའི་སྐབས་སུ། ཆོ་མི་འགྱུར་བ་
གཡུང་དྲུང་ལྷ་བྱུར་ཤོག་ཅིག །ཆོ་ཤིག་པ་རྩོལ་ལྷ་བྱུར་ཤོག་ཅིག །ཅེས་གསུངས་
ཡོད་ཅིང་། ནང་པའི་ལུགས་སྒྲིལ་རུ་གྲགས་པའི་རྩོལ་དང་རྩོལ་རྩུ་གུམ་རྣམས་ཀྱི་
རི་མོ་ཕལ་ཆེ་བའི་ནང་རུ་རྩོལ་ལྷེ་བ་ལ་དགའ་འབྲིལ་གྲིས་ཤིང་། དེ་ལ་རྩོལ་ལྷེ་
རྩུ་རྣམས་སྤར་ནས་འབྲི་སྒྲིལ་བྱུང་ཡོད་པ་འདིས་ཀྱང་། དགའ་འབྲིལ་ནི་བན་བོན་
གཉིས་ཀས་མི་འགྱུར་བ་དང་། བརྟན་པ་མཚོན་པའི་རི་མོ་ཞིག་ངོས་འཛིན་བྱེད་
ཅིང་ཡོད་པ་རེད།

སྤྱིར་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་རྟིང་པ་ཐམས་ཅད་མཚན་ཉིད་རིག་པ་དང་ཏ་ཅང་
གི་འབྲེལ་བ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཞིག་རེད་ལ། ལྷག་པར་རུ་བོད་ཀྱི་སྤྲེལ་རྩིས་གཉིས་ཀྱི་
གཞུང་ལུགས་དེ་ལ་གཙོ་བོ་མཚན་ཉིད་རིག་པའི་བསམ་སྒྲོ་བྱུགས་ཆེན་པོར་ཡོད་
པ་ཞིག་རེད། བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ནང་རུ་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྤྱེ་འཛིགས་དང་།
འཕོ་འགྱུར་གྱི་སྐབས་སུ་ཆ་བའི་གོ་རིམ་གསུམ་བརྒྱད་དགོས་པ་ནི། སྤྱེ་གནས་
འཛིག་གསུམ། རྒྱང་འབྲིང་ཆེ་གསུམ། གཞོན་དར་རྟན་གསུམ། ཆ་འངས་གྲང་
གསུམ་སོགས། དངོས་པོའི་འགྱུར་བའི་གོ་རིམ་ནང་རུ་ཆ་བའི་གོ་རིམ་གསུམ་པོ་
འདི་ནི་ངོས་པར་བརྒྱད་དགོས་པའི་ཆ་དོན་གཙོ་བོར་ཞིག་རེད།

༡ དགའ་འབྲིལ་གྱི་རི་མོ་འདི་ཡང་སྤྱི་ནང་གསང་གསུམ་གྱི་འབྲུང་བའི་ཁམས་
 དང་སྐྱར་ནས་བཤད་ན། སྤྱི་སྡོད་གྱི་འབྲུང་བའི་ཁམས་དང་སྐྱར་བར། དགའ་
 འབྲིལ་ནང་གི་རི་མོ་གསུམ་ནི། རད་ཅན་གྲང་བ་རྒྱུད་གི་ཡུལ་དང་། སྐམ་ས་ཆ་
 གཏུང་ཆེ་བ་མཁྲིས་པའི་ཡུལ། བརྒན་ཅན་སྐམ་པ་བད་ཀན་གྱི་ཡུལ་གསུམ་སྟེ་
 དབུས་གཙང་ཁམས་གསུམ་དང་སྐྱར་ཆོག་པ་ཞིག་རེད། དེ་ཡང་རད་ཅན་གྲང་བ་
 རྒྱུད་གི་ཡུལ་ཏེ་སྡོད་མངའ་རིས་བསྐྱར་གསུམ་གྱི་ཡུལ་ཁམས་མཆོན་བྱེད། ཁ་དྲོག་
 ལྡང་ཁྲ། སྐམ་ས་ཆ་གཏུང་ཆེ་བ་མཁྲིས་པའི་ཡུལ་ཏེ་བར་དབུས་གཙང་ཏེ་བཞིའི་
 ཡུལ་ཁམས་མཆོན་བྱེད། ཁ་དྲོག་སེར་པོ་འམ་དམར་པོ། བརྒན་ཅན་སྐམ་པ་བད་
 ཀན་གྱི་ཡུལ་ཏེ་སྡོད་མངའ་ཁམས་ལྷ་བཞི་སྐང་དུག་གི་ཡུལ་ཁམས་མཆོན་བྱེད། ཁ་
 དྲོག་སྟོན་པོ་བཅས་ཡིན།

༢ ནང་ལུས་ཁམས་དང་འབྲེལ་ནས་བཤད་ན། དགའ་འབྲིལ་ནང་གི་རི་མོ་གསུམ་
 ནི། མིའི་ལུས་ཁམས་ཆགས་པའི་རྩ་བའི་གྲུབ་ཆ་གསུམ་སྟེ། རྒྱུད་དང་། མཁྲིས་པ།
 བད་ཀན་གསུམ་པོ་མཆོན་བྱེད་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་རྒྱུད་ནི་མིའི་ལུས་ཁམས་ཀྱི་
 གཡོ་འགྲུལ་བྱེད་པའི་རྩ་བ་དབུགས་ཀྱི་ཆ་ཐམས་ཅད་མཆོན་བྱེད། ཁ་དྲོག་ལྡང་
 གུ མཁྲིས་པ་ནི་མིའི་ལུས་ཁམས་ཀྱི་མེ་དྲོད་མཆོན་བྱེད། ཁ་དྲོག་དམར་པོ་འམ་
 སེར་པོ། བད་ཀན་ནི་མིའི་ལུས་ཀྱི་བརྒན་གཤེར་ཏེ་རྒྱུ་ཁམས་མཆོན་བྱེད། ཁ་དྲོག་
 དཀར་པོ་འམ་སྟོན་པོ་ཡིན།

༣ གསང་བའི་ཁམས་དང་སྐྱར་ན། དགའ་འབྲིལ་ནང་གི་རི་མོ་གསུམ་ནི། ཆོ་
 བསོད་དབང་ཐང་གསུམ་སྟེ། ཆོ་ཡི་རྒྱན་རྒྱ་པོ་ལྟར་རིང་བ་མཆོན་བྱེད་ཁ་དྲོག་
 སྟོན་པོ། བསོད་ནམས་ལྷན་པའི་ཡལ་འདབ་རྒྱས་པར་མཆོན་བྱེད་ཁ་དྲོག་ལྡང་ཁྲ།
 དབང་ཐང་གི་མེ་དབྱུང་དུག་ཏེ་འབར་བར་མཆོན་བྱེད་ཁ་དྲོག་དམར་པོ་བཅས་
 མཆོན་བྱེད་ཡིན་པ་བོད་ཀྱི་དམངས་ཁྲོད་དུ་གྲགས་སོ།

[[སོག་པོ་སྟག་བྲིད]] རི་མོ་འདི་ས་དགེ་རྒྱུད་གསུམ་གྱི་དགོན་པའི་ནང་དུ་མཐོང་
 རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་དགོན་པའི་ནང་རྩ་བ་ནས་མཐོང་
 རྒྱུ་མེད། རྒྱུ་མཆོན་གང་ཞེ་ན། རི་མོ་འདི་དགའ་ལྷན་པོ་བྲང་གི་སྤྱིད་དབང་

བཅུགས་རྗེས་གསར་གཏོད་བྱས་པ་ཞིག་སྟེ། དེའང་སོག་དམག་གིས་གཙང་པ་
 རྒྱལ་པོ་བརྟལ་ཞིང་། ཀམ་པའི་ཆོས་ཆོགས་སྐར་ཆེན་འཛམ་གླིང་རྒྱན་ཞེས་པ་དེ་
 གཏོར་ནས། བཀའ་བརྒྱད་པའི་དགོན་པ་མང་པོ་ཞིག་གཏོར་བརྒྱག་བྱས་པ་དང་།
 བཙན་ཤེད་ཀྱིས། དགེ་ལུགས་པར་བསྐྱར་བ་སོགས་བྱས་པའི་སྐབས་སུ་རི་མོ་འདི་
 འབྲི་སྟོལ་དར་བ་དང་། དེས་སྟག་ནི་བཀའ་བརྒྱད་པ་མཆོན་བྱེད་དང་། སོག་
 པོས་སྟག་གི་སྟེ་ལ་ལུགས་ཐག་བཀོན་ནས་བྲིད་པ་ནི་སོག་པོའི་སྟོབས་ཤུགས་ཆེན་
 པོ་ཡིན་པར་མཆོན་བྱེད་ཡིན་ཞེས། ཐང་ལྷ་ཆོ་དབང་མཆོག་གིས་རི་མོའི་འགྲལ་
 བཤད་སྐབས་གསུངས་བུང་། སྤྱིར་དེང་དུས་བཀའ་བརྒྱད་པའི་དགོན་པ་གང་
 ཡིན་ཐམས་ཅད་ནང་དུ། སྟོ་འགག་ན་སྟག་བརྩིད་ཉམས་དང་ལྡན་པ་ཆ་གཅིག་
 འབྲི་སྟོལ་ཡོད་པ་དང་། བྱལ་མཐའ་གཞན་གྱི་དགོན་པའི་སྟོ་འགག་ན་སོག་པོ་
 སྟག་བྲིད་འབྲི་སྟོལ་ཡོད་པ་རེད། །

[[སྤྱིད་པ་ཏྲ་ཕུག]] གནའ་བོའི་བོན་ལུགས་སྤྱིས་ནང་ཆོས་དང་བསྐྱེས་པའི་ཆོ་ག་
 ཞིག་སྤྱང་སྤྱིད་གྱི་ལྷ་འདྲེ་ཐམས་ཅད་སྤྱིབ་བྱེད་དམ་གཡེང་བར་བྱེད་པའི་ཕུག་རྒྱ་
 ཞིག་ཡིན། སྤྱིད་པ་ཏྲ་ཕུག་ཅེས་པའི་དོན་ནི། སྤྱིད་པ་ནི་ལྷ་འདྲེའི་དོན། ཏྲ་ནི་
 འཁོད་པའི་དོན། ཕུག་ནི་བརྟལ་མཆོན་མའི་དོན་ཡིན། དེས་ན་སྤྱང་ཞིང་སྤྱིད་
 པའི་ལྷ་འདྲེ་ཐམས་ཅད་ལ་བཀའ་བསྟོན་པའི་ཕུག་རྒྱ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན། ཕུག་རྒྱའི་
 བང་གི་རི་མོ་ནི། སྤྱིད་པ་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་མཆོན་བྱེད་དུས་སྟལ་དང་། དེའི་
 དབུས་སུ་སྟེ་བ་དགུ། དེའི་སྤྱི་རྩལ་དུ་ལོ་སྟོར་བཅུ་གཉིས། དེའི་སྤྱི་རྩལ་དུ་སྐར་ཁ་
 བརྒྱད་པོ་སོ་སོའི་བཟང་བཞི་ངན་དང་བཙས་པའི་རེའུ་མིག་རེ་བཞི། དེའི་སྤྱི་རྩལ་
 རྣམས་སུ་གཟའ་ཆེན་བརྒྱད། རྒྱ་སྐར་ཉེར་བརྒྱད། ལོ་རྒྱལ་པོ། ལྷ་བ་སྟོན་པོ། ཞག་
 དམག་མི། དུས་ཆོད་མཆོན་ལ་སོགས་པའི་ས་བདག་ས་སོའི་གཟུགས་བརྟན་ནམ་
 མཆོན་བྱེད་གྱི་རི་མོ་དང་། ཐན་དང་ལྷས་ངན་ཐམས་ཅད་བརྟོག་པའི་ཕུག་རྒྱའི་རི་
 མོ་སྟོ་ཆོགས། འབྱུང་བ་ལྡེའི་གཟུངས་སྟགས་དང་འཁོར་ལོ། བོང་དུ་རིགས་གསུམ་
 མགོན་པོའི་སྤྱི་དང་། གཟུངས་སྟགས། རྣམ་བཅུ་དབང་ལྡན་བཙས་གྱི་རི་མོ་དང་།
 རྩོ་ལ་ཀ་ནི་སོགས་ས་བདག་སྤྱིང་པོའི་གཟུངས་སྟགས་བཙས་དང་། དེ་ལས་ཤིན་

དུ་རྒྱས་པ་ལ། རྣམ་སྲིད་ལྟ་འདྲི་རྣམས་ལ་འཕོད་ཆོགས་དང་བཅས་པ་བྲིས་ཡོད་
པའི་རས་ཐང་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། འདིའི་བྱེད་ལས་ནི། དམག་ལ་ཆས་པ།
རྒྱག་ལ་འགོ་བ། རོ་མུད་པ། བག་མ་བསུ་བ། མདོས་བརྒྱངས་བ། རྩོམ་འཕེན་པ་
ལ་སོགས་པའི་འདུ་ཡོངས་ཆེ་བའི་ལས་རིགས་རྣམས་ཀྱི་སྐབས་སུ། ལོ་ལྔ་ཞག་
དུས་ལ་རྒྱ་བའི་ས་བདག་རྣམས་དང་འབྲུད་ན་དེ་དག་གི་གོ་ལོང་དང་། བྲག་
དོག་སེལ་བའི་ཆེད་དུ། རྣམ་སྲིད་ཀྱི་ལྟ་འདྲི་དེ་དག་ལ་སྲིད་པ་རྟོ་ཡི་ཕྱག་རྒྱ་འདི་
ཉིད་བསྟན་ནས་དེ་དག་གྲིབ་པ་དང་གཡེང་བར་བྱེད་པའི་ཐབས་ཤེས་ཤིག་རེད།
དེ་ཡང་དམག་ལམ་དང་། རོ་དྲངས་མཁན་གྱི་སྐགས་པ་དེས་སྲིད་པ་རྟོ་ཕྱག་དེ་
དབྱུག་པའི་ཅིར་གཟར་ནས་བྱིར་ཉི་ཕྱོག་དུ་འགོ་ཞིང་། དག་ཏུ་རྟོ་སྟེ་སྟེ་
རྒྱལ་པོ་ལ་སོགས་པ་ལོ་རྒྱལ་པོ་ལ་འཁོར་བའི་ས་བདག་ ཁྲོན་པོ་ཅོང་ཀུན་དང་།
འབྲུག་ལྟ་སྟེ་གུམ་ལ་སོགས་པ་ཁྲོན་པོ་རྒྱ་བ་འཁོར་བའི་ས་བདག་ ས་བདག་
གཟིག་མཆུག་ཅན་དང་། གསེར་མཛོད་ལ་སོགས་པ་ཞག་དམག་མི་ལ་འཁོར་བའི་
ས་བདག་ གཡུ་མཛོད་ཕྱོག་མོ་ལ་སོགས་པ་དུས་ཆོད་མཆོན་ཆ་ལ་འཁོར་བའི་ས་
བདག་གཞན་ཡང་སྤར་ཁ་བརྒྱད། སྟེ་བ་དགྲ། གབ་ཅེ་དཀར་ནག་ལོ་སྟོར་བརྒྱ་
གཉིས། ལོ་རྒྱུད་དུག་ཏུ། རྟེན་འབྲེལ་བརྒྱ་གཉིས། དར་གུད་བརྒྱ་གཉིས། ཁ་སྟོག་
སུམ་ཏུ་ལྟ་ཆེན་བརྒྱད། ལྟ་ཆེན་བརྒྱད། གཉན་ཆེན་བརྒྱད། རོར་སྤང་བརྒྱད།
གཟའ་ཆེན་བརྒྱད། རྒྱ་སྤར་ཉི་ཤུ་ཅུ་བརྒྱད། བམ་རྒྱ་དུས་བཞི། བྱེད་པར་དུ་ད་ལོའི་
ལོ། ད་ཞག་གི་རྒྱ་བ། དེ་རིང་གི་ཉི་མ། ད་ལྟའི་དུས་ཆོད་ལ་རྒྱ་བའི་གནམ་གྱི་ཉལ་
གྱི་ཀ་ལ་རོ་བཞུ། ས་བདག་བྲིན་ཕུང་། སི་ལིང་འཕར་མ། བྲ་ཆོ་བྱ་རོག་ གྱི་ལིང་ལྟ་
སེར། སི་ལྷི། རྣལ་འབྱོར་མ་བརྒྱད། གནམ་གྱི་གཟའ་ཆེན་ལྟ་ཆོད། བར་གྱི་བྲབ་
འཆུག་ཆེན་པོ། སའི་ཕུང་བྱེད་ནག་མོ། གཅེར་བྱ་ལག་རྒྱལ་ལ་སོགས་པ། བམ་
མཁའི་ལྟ། བར་སྤང་གི་གཉན། ས་གཞིའི་ས་བདག་ ས་འོག་གི་སྤྱུ་བཀའ་ཡི་ལྟ་མ་
སྟོན་སྟེ་བརྒྱད། ས་རི་ཡུལ་འཁོར་འདི་ལ་གནས་པའི་ས་བདག་ ལྟ་གཉན། ཡུལ་ལྟ།
གཞི་བདག་ དགོ་བསྟེན། སྤར་མ། མ་མོ། ཐེའུ་རང་། དམུ་སྟེན་ལ་སོགས་པའི་ལྟ་
འདྲི་གདུག་རྒྱབ་ཅན་གོ་ལོང་བསྐྱམ་པའི་ཆོགས་རྣམས་ཀྱིས། དེ་རིང་གི་ཉི་མ་ལ་

སྤྲུགས་འཆང་རྣལ་འབྱོར་པ་བདག་གི་ལས་ (དམག་རྣམས་ཀྱི་བག་མདོས། མོར་
སོགས་ལས་གང་ཁ་བསྐྱར།) འདི་ལ་ཀོ་ལོང་རུ་ང་ཕྱག་དོག་མ་བྱེད་པར་སྤྱིད་པ་
ཉོའི་ཕྱག་རྒྱ་གཉན་པོ་འདི་ལ་གཟིགས་ཤིག ལྷོས་ཤིག གསོན་ཅིག ཉན་ཅིག
འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་རིགས་ལྷ། གསང་བའི་བདག་པོ་ཕྱག་ན་རྟོ་རྟེ།
ཨོ་རྒྱལ་གྱི་སློབ་དཔོན་པར་འབྱུང་གནས། ཀོང་ཙེ་འཕྲུལ་རྒྱལ། མཁས་པ་རུ་ཉར་
ནག་པོ་ལ་སོགས་པ། གཙུག་ལག་བརྒྱུད་པའི་དཔལ་ལྷན་སྤྲུལ་དམ་པ་རྣམས་
དང་། མཆོག་གསུམ་ཙེ་གསུམ་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་དང་དམ་ཆོག་ལས་མ་འདའ་བར་
སྤྲུགས་ཞི་བ་བྱང་རྒྱུ་གྱི་སེམས་དང་ལྷན་པས་ཕན་པ་དང་། བདེ་ལེགས་ཀྱི་སྤྱོད་
གྲོགས་རྒྱ་ཆེན་པོར་མཛོད་ཅིག ཅེས་འུར་འདོན་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། དེར་
རུས་སྤྱིད་པ་ཉོའི་ཕྱག་ལ། ལོག་འབྲེལ་བྱས་པ་འགའ་ཞིག་མཐོང་བས་དེ་ལ་ནོར་
བཅོས་གྱི་ཆེད་རུ་བྱས་སོ། །

ས་བཅད་དགུ་པ། རིག་གནས་ནོར་བཅོས་སྟོར།

【འཇམ་སྤྱིང་སྤྱི་བསང་】 རབ་བྱུང་རྒྱལ་པའི་ས་འབྲུག་སྤྱི་ལོ་༡༣༩༥ལོར་ཀམ་པ་
རང་བྱུང་རྟོ་རྟེས། བོད་ཀྱི་བྱང་ཕྱོགས་སོག་རྒྱ་ཁར་ལྷགས་ཟམ་བཙུགས་སྐབས།
འཇམ་བྱ་སྤྱིང་གི་གཞི་བདག་རྣམས་ལ། སྤྱན་བཅོལ་གྱི་ཆེད་རུ་བཅམས་པའི་
བསངས་དཔེ་ཞིག་གི་མིང་ཡིན། དེ་རྗེས་སུ་བོད་ཀྱི་ཡུལ་གྲུ་སོ་སོར་ཟླ་བ་ལྷ་པའི་
ནང་ཡུལ་ལྷ་བསོ་ཞིང་ལྷ་བསངས་བཏང་བའི་རུས་ཆེན་ཞིག་དར་བ་དང་། ལྷ་
བསངས་བཏོང་སྐབས་འཇམ་སྤྱིང་སྤྱི་བསངས་ཀྱི་དཔེ་ཆ་འདི་འདོན་སློབ་ཆགས་
པར་འཇམ་སྤྱིང་སྤྱི་བསང་ཞེས་རི་ལྷ་བསོ་བའི་རུས་ཆེན་དེའི་མིང་ཆགས་པ་རེད།
རི་ལྷ་བསོ་ཞིང་ལྷ་བསང་བཏང་བའི་རུས་ནི་ཡུལ་སོ་སོའི་ས་བབ་དང་བལྟན་པའི་
རུས་ཆོད་མི་འདྲ་བ་རུང་ཟད་ཡོད་ཀྱང་། ཟླ་བ་ལྷ་པའི་ཆོས་གཅིག་ནས་བཅོ་ལྷའི་
བར་གང་རུང་ཞིག་ལས་མ་འདས་པ་ཞིག་ཡིན། དེར་རུས་ཆོག་མཛོད་འགའ་ཞིག་
དང་། བོད་ཡིག་དབྱིངས་ཐེར་བྱ་རྒྱ་སོགས་ཀྱི་ནང་རུ་རྒྱལ་པོ་བྱིསོར་ཕྱེའུ་བཅོན་
སྐབས་སུ་གྲུ་རུ་པར་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་མཛོད་པ་རེད་ཅེས་བྱས་འདུག་པ་དེ་ནི་ལྷ་
བསང་རྒྱག་བརྒྱུད་དང་གཅིག་རུ་འབྲུལ་ནས་རོ་སྟོད་བྱས་པར་སེམས། ལྷ་བསང་

འདི་བྱང་བ་ཞིང་། སྤྱ་ལོག་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བུ་མོ་སྤྱན་བཞེ་ཞེས་པའི་སྤྱང་ལོག་འདི་འདྲ་བྱང་བ་རེད། ཅེས་དཔྱད་དགོ་བསམ་གཏན་གྱིས་བྲིས་པ་རྒྱལ་རྩེ་ལོ་རྒྱུས། ར་པ་རང་སྤྱང་ཁུལ་གྱི་《རིག་གནས་ལོ་རྒྱུས་དབྱུང་ཡིག་གདམས་བསྒྲིགས་》དེ་བ་ལྟ་པའི་ཤོག་ངོས་༢༧༥པར་བཀོད་འདུག །

【ཕག་མོ་རི】 (跑马山) ཕག་མོ་རི་ནི་དར་ཅེ་མདོའི་གྲོང་གི་ལྷོ་ཕྱགས་སུ་ཡོད་པའི་རི་བོ་མཐོན་པོ་ཞིག་གི་མིང་ཡིན། གནའ་དུས་མི་ཉག་མཁས་པ་མི་ལྟའི་ཡ་གྲལ་ཀམ་པ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཞལ་སྒྲོབ་མི་ཉག་འཇམ་དབྱངས་གྲགས་པའི་སྐབས་སུ་དར་མདོ་གྲོང་གི་ཤར་ཕྱོགས་དམ་ཅན་མགར་བ་ནག་པོའི་གནས་རི། ལྷོ་ཕྱོགས་རྩོམ་ཐག་ཕག་མོའི་གནས་རི། རུབ་ཕྱོགས་རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཚོའི་གནས་རི་ཡིན་པའི་བཤད་སྟོལ་ཡོངས་གྲགས་ཡོད་འདུག ལྷག་པར་དམ་ཅན་བསྐྱང་གསོལ་ལས། ཕྱོགས་ཕྱོགས་དེ་ཡི་ཕ་གི་ན། །ཉི་མ་ལྷོ་ཕྱོགས་ཕ་གི་ན། །རྒྱ་བོད་གཉིས་ཀྱི་སོ་མཚམས་ན། །ཡ་བོང་ལྷང་པའི་སྤྱ་མཁར་ན། །རྩོམ་ཐག་ཕག་མོ་གཤེགས་སུ་གསོལ། ཞེས་པའི་གནས་དེ་ཡང་དེང་དུས། དར་མདོའི་གྲོང་གི་ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་རི་བོ་གོ་ཏ་དུན་ཞེས་པ་འདི་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་སྟོལ་ཡོད་འདུག །ཕག་མོ་རིའི་མིང་རྒྱ་ཡིག་ཏུ་འབྲི་སྐབས་བོད་སྐད་ཀྱི་གདངས་ལ་བརྟེན་ནས། 跑马山 ཞེས་བྲིས་ཡོད་པ་རེད། དེང་དུས་དུས་དེ་བ་འགའ་ཞིག་ཏུ་ཕག་མོ་རི་ཞེས་པ་བོད་སྐད་ཡིན་པ་མ་ཤེས་ནས། ཏ་རྒྱུག་རི་བོ་ཞེས་རྒྱ་ཡིག་དོན་བསྐྱར་བྱས་འདུག་པ་འདི་ནི་ལོ་རྒྱུས་མ་ཤེས་པའི་སྦྱོན་དུ་བྱུང་། ཕག་མོ་རི་བོའི་རི་སྐད་ན་ཐང་རྒྱང་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་གདན་ཐོག་བྱེད། བསྐྱག་སྟོན་དེའི་ཐོག་ཏུ་གནའ་དུས་སུ་མཚོད་རྟེན་དང་ལྷ་ཁང་རྒྱང་དུ་ཞིག་བཅས་ཡོད་འདུག་ལ། གནས་དེར་བོད་ལྗང་བཞེ་པའི་ཆོས་བརྒྱད་ཉིན་སངས་རྒྱུ་འབྱུངས་སྐར་ལ། དུས་མཚོད་གཏོང་སྟོལ་ཡོད་པའི་ལྷགས་སྟོལ་དེ་ད་ལྟོ་མ་ཉམས་པར་ཡོད་ཅིང་། དུས་ཆེན་དེ་གྲིམས་མཐུན་གྱི་དུས་ཆེན་གཏན་འབེབས་བྱས་སྐབས། དེང་དུས་དར་མདོ་རྫོང་གི་ལས་བྱེད་དང་མི་དམངས་རྣམས་ལ་ཉིན་དེ་གྲིམས་མཐུན་གྱི་ངལ་གསོ་ཉིན་གཅིག་ཡོད་པ་རེད།

སྒྲུབ་པ།

བོད་ཡུལ་ཁ་བ་ཅན་གྱི་ཡུལ་སྤྲོངས་དང་། །
 བོད་མི་འགོ་བ་བྱང་པའི་གནས་ལུགས་སོགས། །
 བོད་དང་བོད་མིར་དབྱེད་པའི་སྤྱི་དོན་འདི། །
 བོད་རིགས་གཞོན་ནུའི་ཚོགས་ལ་དྲན་གསོས་སུལ། །

སྒྲུབ་པའི་ཡུལ་ནི་གངས་ཅན་བོད་གྱི་སྤྲོངས། །
 འཚོ་བའི་ཁ་ཟས་ཤ་མར་བཅུད་ལ་རོལ། །
 གཞོན་ནུའི་ལང་ཚོ་འགོག་པའི་སྤྱི་ལ་སྒྲུལ། །
 མི་ཚེའི་ལྷག་མར་ཚས་དང་རིག་གཞུང་འབད། །

རང་ཡུལ་ཁ་བ་ཅན་གྱི་གོམས་སྤྲོལ་དང་། །
 རང་རིགས་མེས་པོས་བསྐྱུན་པའི་རིག་གཞུང་སོགས། །
 རང་མཚན་དངོས་སུ་སྤྱོད་བའི་རྣམ་བཤད་འདི། །
 རང་རེ་ཁ་བ་ཅན་གྱི་ཕ་ཁོར་ཡིན། །

ཁ་བ་ཅན་ཞེས་སྒྲོགས་གང་མ་ངེས་ཤིང་། །
 གདོང་དམར་ཅན་གྱི་བཞིན་རས་མ་མཐོང་པའི། །
 བོད་གྱི་གནས་ལུགས་སྤྱི་བའི་མཁས་དབང་ལ། །
 འབྲུལ་འཛོམས་བདུད་ཅིའི་སྤྱན་མཚོག་འདི་འབུལ་ལ། །

ཞེས་བོད་རིག་པ་གྱི་བཤད་ཅེས་པའི་བོད་གྱི་ཤེས་རིག་གི་རྣམ་པ་རྣམས་མང་སྒྲོགས་བརྟུན་བྱས་
 པ་འདི་ནི། བོད་གྱི་རིག་གནས་དང་ལྡན་པའི་རང་སྤྲོས་གང་དྲན་འཆལ་གཏམ་གྱིས་བཅོས་མ་
 མང་པོ་བྱང་དང་འབྱུང་བཞིན་པའི་སྐབས་སུ། རང་རིགས་གཞོན་ནུ་རྣམས་ལ་ཅུང་ཟད་ཕན་
 པའི་རེ་བས། བོད་གྱི་འཚོ་བ་དངོས་ལ་མཐོང་ཐོས་སྤྱོད་གསུམ་གྱིས་གོམས་པའི་རྒྱལ་ཁབ་པ་
 སུབ་བརྟན་སྤྱན་ཚོགས་དེས་རབ་བྱུང་བཅུ་བདུན་པའི་ཤིང་བྱ་སྤྱི་ལོ་༢༠༠༥ལོའི་ཟླ་བ་༣པའི་ཚས་
 ༡༠ཉིན་པེ་ཅིང་དུ་སྐྱུར་ཞིང་བཤོ། །

ཚད་མའི་རིགས་ལམ་བྱིས་པའི་གར་སྟེགས།

སྒྲོབ་ཆན་དང་པོ།

ཆད་མའི་གཞུང་ལ་འབྱུག་པའི་ཚུན་འགྲོ།

མཆོད་བརྗོད།

སྤྱགས་ཀྱི་སྒྲུང་པོའི་ཆད་མའི་རལ་གྱི་དང་། །
ཆོས་ཀྱི་གཤམ་པའི་ཚུལ་གསུམ་ལྟུ་མིག་གཉིས། །
བདག་ལ་ཡུད་ཅམ་བརྟན་པོར་གཡོར་མཛོད་དང་། །
རིགས་ལམ་སྒོ་མོ་ཐུས་རྗེས་སྒྲར་ཡང་ལུལ། །

བྲིམས་ཀྱི་བདེན་དོན་གཏན་ཆོགས་རིག་པས་བཅལ། །
ཆོས་ཀྱི་གནས་ལུགས་ཆད་མའི་གཞུང་གིས་འཇལ། །
འབངས་ཀྱི་བདེ་སྤྱག་རྒྱ་འབྲས་ཆད་མར་འཛིན། །
བདེན་པའི་གནས་ལུགས་ཆད་མའི་རིགས་པས་མཐོང་། །

དཔོན་གྱི་བཀའ་ཡིས་བཟང་ངན་ཆོག་ཐག་གཅོད། །
བཅན་པོའི་བྲིམས་ཀྱིས་དཀར་ནག་གོ་ལྟག་བསྐྱར། །
བདེན་རྒྱན་དབྱེ་བ་དབང་གིས་ཤན་འབྱེད་རུས། །
ཚུལ་གསུམ་ཆད་མའི་རིགས་ལམ་སྤྱི་ལ་སྟོན། །

གནས་ལུགས་གང་ཡིན་གཞུང་ལུགས་ཁྱད་སྤངས་སྤྱི་འཛིན། །
བདེན་དོན་དངོས་པོ་ཆོན་རིག་སྒྲོང་ནས་བཅལ། །
ཆོད་པའི་དམ་བཅའ་མཐུན་པའི་དཔྱད་སྒྲུར་ན། །
བདེན་པའི་རང་ཁལ་མངོན་པ་ཆོས་ཉིད་ཡིན། །

ས་བཅད་དང་པོ། ཚད་མ་རིག་པའི་དགོས་དོན་བཤད་པ།

ཚད་མ་རིག་པ་ནི་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་ལུགས་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་
ཚད་ས་ཐིག་དང་། རིག་གཞུང་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲིའི་སྒྲིམ་གཞི་ཞིག་ཡིན་སྟབས།
སྐད་རིགས་དང་། ཚེས་ལུགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་མེད་པ་ཚན་རིག་ཞིབ་འཇུག་གི་ལས་
ཀའི་རིགས་ཐམས་ཅད་ལ། བེད་སྒྱུད་བྱ་ཚུགས་པའི་རིག་གཞུང་ཞིག་ཡིན་སྟབས་
འདི་ལ་སྐྱེན་མོང་གི་རིག་གཞུང་ཟེར་ཞིང་ཡོད་པ་རེད། ཚད་མའི་རིགས་ལམ་གྱི་
སྒྲིམ་ནས་དམ་ཚེས་འཆད་ཉན་བྱ་ཚུགས་ལ། ཚན་རིག་ཀྱང་སྒྲིབ་གཉེར་བྱ་ཚུགས་། །དེ་
བཞིན་དུ་གྱུར་གཞིའི་ཁ་མཆུ་ཚོད་ཚུགས་པ་དང་། ཚོང་དོན་གྱི་འབྲེལ་བ་ཡང་
བཟད་ཚུགས་། །དེས་ན་ཚད་མ་རིག་པ་ནི་བདེན་དོན་བརྗོད་ཐབས་ཀྱི་ཡོ་བྱད་ལྟ་བུ་
ཞིག་རེད། ཚད་མའི་གཞུང་ལ་ལེགས་པར་བྱང་བ་ཞིག་བྱང་ན། རིགས་ལམ་
གསལ་བ། སྒྲི་སྒྲི་ཡངས་པ། སྒྲི་རིག་བཟ་བ། དུན་ཁ་ཆ་བ། དབྱུང་ན་དོན་ལ་
རེག་པ། བཤད་ན་ཁུངས་ལུང་ལྷན་པ། རིག་པའི་ན་འཕར་ཞིང་། ཁ་ཆེའི་སྒྲིས་
གཙང་བ་སོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མང་པོ་ཞིག་སྒྲིབ་སྐྱབ་པ་མ་ཟད། ལྷག་པར་དུ་
དབྱུང་ཚོམ་ཞིག་ཡིན་ན་བརྗོད་བྱའི་དོན་བསྟན་པ་ལ་གཏན་ཚིགས་ཀྱི་ཁུངས་མི་
གསལ་བ་དང་། རང་ཚིག་སྒྲི་ལགལ་བ། སྒྲི་དོན་གང་གི་ཆ་ནས་སྒྲིས་སྒྲིན་
མང་བ་སོགས་རིགས་ལམ་གྱི་སྒྲིན་ཆ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་། དེར་དུས་སྒྱིར་བོད་
ཀྱི་སྐད་ཡིག་ལ་གཞན་སྐད་ཀྱི་ཤན་ཞུགས་པ་སོགས་ཀྱི་ཉམས་གུད་སྒྲིན་པའི་སྒྲིན་
གིས་དགོ་སྒྲིབ་མང་ཆེ་བས། སྒྲིན་ཆ་དེ་དག་བདེ་སྒྲིག་ཉིད་དུ་མཐོང་དཀའ་བའི་
གནས་སུ་གྱུར་ཡོད་པ་རེད། །

བོད་ཀྱི་ཚད་མ་རིག་པའི་གཞུང་བྱའི་ཡུལ་གཙོ་བོ་ནང་པའི་ཚེས་ལུགས་ཀྱི་
དགོངས་དོན་དང་། ལྷག་པར་དུ་ཚད་མ་རིག་པའི་ནང་གི་དཔེར་བརྗོད་ཐམས་
ཅད་ནི་མདོན་པ་མཛོད་ཀྱི་ས་ལམ་གྱི་རྣམ་གཞག་དང་། མཐོང་སྒྲིམ་གྱི་སྐད་བྱ་
རྣམས་གཙོ་བོར་བྱས་ཡོད་སྟབས། དེར་རབས་མཁས་པ་རྣམས་ལ་རྒྱུང་ཟད་གོ་མི་
བདེ་བ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། གལ་སྲིད་ཚེས་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་དཔེར་
བརྗོད་འགའ་ཞིག་ཡོད་ནའང་། རྒྱ་གར་གྱི་འཆོ་བ་དང་འབྲེལ་བའི་བ་ལང་དང་།

ཅན་ན། ལྷ་ས་བྱིན་དང་། ཤ་ཟ་ལ་སོགས་པ་ལས་བོད་རང་གི་འཆོ་བ་དང་འབྲེལ་བའི་དཔེར་བཞིན་གསར་པ་ཞིག་ཏུ་ལམ་ཡང་མ་མཐོང་། ལྷ་ག་པར་རུ་བོད་ཀྱི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བརྩམས་པའི་ཆོད་མའི་གཞུང་འབྲེལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་རུ་རྟགས་ཡང་དག་དང་། ལྷ་ར་སྤང་ལ་སོགས་པའི་དཔེར་བཞིན་བཀོད་པ་ཐམས་ཅད་སྤར་རྒྱ་གཞུང་ནས། གང་འགྱུར་གྱི་དཔེར་བཞིན་དེ་དག་བསྐྱར་སྒྲིལ་ཅམ་ལས་སོ་སོས་གསར་རུ་བཀོད་པའི། དཔེར་བཞིན་གཅིག་ཀྱང་མ་མཐོང་བས་དེས་ཀྱང་ཆོད་མའི་རིག་གཞུང་ལ། གོ་དཀའ་བའི་འགལ་ཆེན་གང་འཆོམས་ཤིག་བྱས་འདུག །ད་ལན་ཀྱང་དབྱང་མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་བོད་རིག་པའི་སློབ་གྲིང་གི་211 ལས་གཞིའི་སློབ་དེབ་འཇུགས་སྐྱོན་སྐབས་སུ། དེར་རུས་བོད་ཡིག་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་སློབ་མ་རྣམས་ཀྱི་ཡོན་ཆོད་དང་བསྐྱོན་པའི་ཆོད་མའི་སློབ་དེབ་ཅིག་དགོས་གཤམ་ཆེན་པོར་ཡོད་པ་མཐོང་ནས་མ་སྐྱལ་དང་བྲངས་ཀྱིས་ཆོད་མའི་སློབ་དེབ་འདི་ཉིད་ཚོམ་བཞིགས་བྱ་རྒྱུའི་འོས་འགན་བྲངས་པ་ཡིན། །

ཡིན་ནའང་ཁོ་པོ་ཆོད་མའི་གཞུང་ལ་སློབ་གཉེར་མཐར་བྱིན་པ་ཞིག་བྱེད་ཐུང་མེད་སྟབས། རྣམ་འབྲེལ་དང་། རྣམ་དེས་སོགས་ཀྱི་གཞུང་དོན་དགོལ་བའི་སློབས་པ་མ་མཆིས། གཤམ་སྲིད་ཡོད་ཀྱང་དེར་རུས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་ནང་རུ་དེ་དག་གི་དོན་གོ་མཁན་ཡང་ཉིན་མོའི་སྐར་མ་ལྷར་དཀོན་པས། དེས་ན་ཁོ་པོས་དེར་རུས་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཆེད་གཉེར་གྱི། སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་སློབ་མ་རྣམས་ལ་དམིགས་ནས། སྤར་སི་ཁོན་ཞིང་ཆེན་བོད་ཡིག་སློབ་གྲྭར་སློབ་གཉེར་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ། ར་སྐོར་མཁན་པོ་བྱུ་ལོ་རྩེ་གིས་ཞལ་གསུངས་ཆོད་མ་རིགས་གཉེར་གྱི་ཟིན་བྲིས་བཟབ་པ་རྣམས་དང་། བྲག་མགོ་དག་བཤེས་སློབ་བཟང་དོན་གྲུབ་ཀྱི་ཞལ་གསུངས་རིགས་ལམ་དང་། རྟགས་རིག་སྐོར་གྱི་ཟིན་བྲིས་བསྐྱར་རུ་སློབ་ཅིང་། དག་བཅོས་བྱས་ཏེ་སྐྱོན་མོང་རིག་གནས་དང་། འཆོ་བའི་ཉེར་སྦྱོང་རྣམས་བཞིན་བྱ་གཙོ་བོར་བྱས་པའི། རིགས་ལམ་གྱི་དཔེར་བཞིན་གསར་པའང་གང་འཆོམས་རེ་བཀོད་ནས་བྲིས་པ་ཞིག་ཡིན།

ས་བཅད་གཉིས་པ། བོད་རྒྱ་ནང་པའི་ཚད་མའི་གཞུང་དར་རྒྱལ།
 ཀོང་སྤུལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོས་མཛད་པའི་《ཤེས་བྱ་ཀུན་བྱབ་》ལས།
 ཕྱི་པའི་རྟོག་གི་སྤྲུལ་ཡང་སྟོན་བཅས་ཉིད། །
 རྣམ་པའི་ཚད་གཞུང་ཐོག་མར་ཚོད་བྱབ་སྟེ། །
 རྩུགས་ཀྱི་སྤྲུལ་པོས་མངོན་སུམ་རྗེས་དཔག་གཉིས། །
 གཞན་སེལ་དཔེ་དང་ལྷག་ཚད་རྩུག་ལྷན་མདོ། །
 ཀུན་ལས་བརྟུས་མཛད་དེའི་དགོངས་འགྲེལ་རུ། །
 ཚོས་ཀྱི་བྲགས་པས་ཙ་བ་རྒྱས་འབྲིང་བཟུས། །
 ཡན་ལག་བཞི་བཅས་སྡེ་བརྟན་ལམ་སྟོལ་བྱེས། །

རྒྱ་གར་རུ་ཕྱི་རོལ་པའི་མཁས་པ་འཕེལ་སྟོན་པ་དྲུང་སྟོང་གྲིང་སྟེས་ཀྱིས་བྱས་པའི་
 རྟོག་གའི་བསྟན་བཅོས་བརྒྱད་དང་། སྤམ་ཟེ་རྒྱང་མིག་གིས་བྱས་པའི་རྟོག་གའི་
 ཚོག་དོན་བརྒྱད་སྟོན་པའི་བསྟན་བཅོས་ལྟ་བུ་མང་རུ་བྱང་བ་རྣམས་ནི་ནང་པའི་
 ཚད་མའི་གཞུང་ལུགས་རྣམས་ལས་བྱང་བ་སྤྲུལ་ཡང་། འདི་དག་ནི་ཚོད་པ་ལྟར་
 ལེན་པའི་བསྟན་བཅོས་ཡིན་སྟབས། བདེན་པའི་དོན་རྟོག་པར་བྱེད་པ་ལ་རྒྱ་
 མཚན་ལྟར་སྤྲོད་པ་སྟོན་དང་བཅས་པ་ཡིན་ནོ། ། ཞིས་བོད་ཀྱི་ནང་པའི་མཁས་པ་
 རྣམས་ཀྱིས་བཞེད། རྣམ་པའི་ཚད་གཞུང་རྣམས་ཀྱི་ཐོག་མ་ནི་ཚོད་པ་བྱབ་པ་
 ཡིན་ཞིང་། འདིའི་ཚོམ་པ་པོ་ནི་ཁ་ཅིག་གིས་སྒྲིབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱིས་
 མཛད་ཟེར་ཡང་། ཚད་མ་ཀུན་བརྟུས་ཀྱི་རང་འགྲེལ་རུ་འདི་ལ་དགག་པ་རྒྱ་ཆེར་
 མཛད་འདུག་པས་གཙུང་དབྱིག་གཉེན་གྱིས་མ་མཛད་པར་གསལ་ཞིང་། བཅུན་
 པ་དབྱིག་བཤེས་སོགས་དབྱིག་གཉེན་དང་མཚན་གཅིག་པ་ཞིག་གིས་མཛད་པར་
 བོད་སྤྲུལ་རབས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཞེད་དོ། །

སྒྲིབ་དཔོན་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤྲུལ་པོས་《དམིགས་པ་བརྟག་པ་》 དང་། 《སེལ་བ་
 བརྟག་པ་》 སོགས་ཚད་མའི་བསྟན་བཅོས་ཐོར་བྱ་བརྒྱ་ཙ་བརྒྱད་མཛད་པ་དེ་
 དག་ལས་ཡོངས་སུ་མ་རྗེས་པར་གཟིགས་ནས། ཕྱིས་ཕྱོགས་གཅིག་རུ་བཟུས་ཏེ།
 ༡ མངོན་སུམ་ལེན། ༢ རྗེས་དཔག་ལེན། ༣ གཞན་སེལ་ལེན། ༤ དཔེའི་ལེན།

ཡུག་ཚད་གི་ལེན། རིག་པ་སྟོན་པའི་ལེན་བཅས་ལེན་དུག་ལྡན་ཅན། 《ཚད་མའི་
མདོ་ཀུན་ལས་བརྒྱས་པ་》ཞེས་བྱ་བ་མཛད་ཅིང་སྟོབ་དཔོན་དབང་ཕྱུག་གི་སྐུ་སྐྱེ་སྐུ་སྐྱེ་
གིས་འཆད་ཉན་གི་རྒྱན་རྒྱ་ཆེར་སྤེལ་ལོ། 《ཚད་མའི་མདོ་ཀུན་ལས་བརྒྱས་པའི་》
དགོངས་འགྲེལ་དུ། ཆོས་གི་གྲགས་པས་ཙ་བ་ལུས་ལྟ་བུའི་བསྟན་བཅོས་རྒྱས་པ་
《རྣམ་འགྲེལ་》འབྲིང་པོ་《རྣམ་དེས་》བསྟུས་པ་《རིགས་ཐིགས་》གསུམ་དང་།
འཕྲོས་པ་ཡན་ལག་ལྟ་བུའི་བསྟན་བཅོས་《འབྲེལ་པ་བརྟག་པ་》《གཏན་ཆོག་
ཐིགས་པ་》《ཚྭ་པའི་རིག་པ་》《རྒྱ་གཞན་གྱུ་པ་》དང་བཞི་ཆེ། ཚད་མ་
སྤེ་བརྟན་དུ་གྲགས་པའི་ལམ་སྟོལ་ཆེན་པོ་བྱེས་སོ། །

ལྟ་ཤག་དུལ་རྒྱན་བདེ་བྱེད་སྐྱེས་གིས་བཀྲལ། །

རྒྱལ་ཅན་ཡ་མ་ཉི་སྟེས་རྒྱན་རྗེས་འབྲངས། །

ཆོས་གི་གྲགས་པས་སྟོབ་མའི་གཙོ་བོ་ལྟ་དབང་སྟོལ་རྣམ་དེས་གི་འགྲེལ་པ་
བཅུ་མ་པ་བཀས་སྟུལ་བ་ན། ཁོང་གིས་ལེན་དང་པོ་ཆོས་གྲགས་རང་འགྲེལ་གི་
གཤམ་མཐུད་ནས་འགྲེལ་པ་ཞིག་བཅུ་མས། འདི་ལ་ལོ་རྒྱུས་ཉིང་པ་རྣམས་སྟུ་ལྟ་
དབང་སྟོས་འགྲེལ་པ་དང་པོ་བཅུ་མས་པ། དེ་ལོགས་པོར་མེད་པ་གཞིགས་ནས་
མེར་བསྟེགས། ལན་གཉིས་པ་བཅུ་མས་པ་དེ་ཡང་ཡིད་རངས་པ་ཞིག་མ་བྱུང་བས་
རྒྱར་སྟུར། ལན་གསུམ་པ་ལ་དངོས་བསྟན་ཙམ་བྱུང་འདུག་གསུངས་ནས་བཞག་
པར་བཤད། ཆོས་གྲགས་རང་འགྲེལ་དང་། ལྟ་དབང་སྟོས་ཁ་སྟོན་བྱས་པ་གཉིས་
བསྟོམས་པ་ལ་《ཚད་མ་སྟོང་སྟག་བརྒྱ་གཉིས་པར་》གྲགས། ལྟ་དབང་སྟོའི་སྟོབ་
མ་ཤུ་སྟོས་《སྟོང་སྟག་བརྒྱ་གཉིས་པར་》ལ་འགྲེལ་པ་མཛད། སྟོབ་དཔོན་དུལ་
བའི་ལྟས་སྤེ་བརྟན་ཆ་ཆང་ལ་འགྲེལ་པ་མཛད་པར་གྲགས། རྒྱན་མཁན་པོ་ཤེས་
རབ་འབྱུང་གནས་གིས་《ཚད་མ་རྣམ་འགྲེལ་》ལ་ཚད་མ་སྟོང་སྟག་སྟེད་བཞི་པའི་
འཕྲོ་མཐུད་ནས། ཚད་གྱུ་ལེན་གསུམ་པ་འགྲེལ་བཤད་རྒྱས་པར་མཛད་དེ་
དགོངས་དོན་དུ་མར་བཀྲལ། དེ་ལ་《ཚད་མ་སྟོང་སྟག་བཅོ་བརྒྱད་》པར་
གྲགས། གཞན་ཡང་བུ་མ་བེ་བདེ་བྱེད་དགའ་བ་ལ་སྐྱེས་གི་འགྲེལ་པ་མང་དུ་
བྱུང་། སྟོབ་དཔོན་རྒྱལ་བ་ཅན་དང་། ཁ་ཆེ་ལྟ་རེའམ་རྟོག་གི་པ་ཡ་ལྟ་རེར་

གྲགས་པ་དང་། ཉི་མ་སྒྲོས་པ་ནམས་ནི་ལྟ་བ་རྒྱན་མཁན་པོའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་འཆད་ཉན་རྒྱ་ཆེར་གནང་བ་ཡིན།

རྣམ་ངེས་རིག་ཐིགས་རྒྱལ་རྩ་གསུམ་པས་བཀྲལ། །

ཞི་འཛོམས་དེ་བཟུས་ཀྱི་མ་གྲི་ལས་བཀྲོལ། །

ཅན་གྱི་སྒྲིས་མཛད་སྟགས་གཞུང་སྤྲན་མང་། །

སྒྲོབ་དཔོན་ཚོས་མཚན་གིས་《རྣམ་ངེས་》ལ་འབྲེལ་བ་《འཐད་ལྟན་ཆེན་མོ་》ཞེས་སྟོང་སྤྲག་བརྒྱ་གཉིས་པ་དང་། 《རིག་ཐིགས་》ལ་འབྲེལ་བ་《སྒྲོབ་མ་ལ་པན་པ་》མཛད། ཕྱི་རོལ་པའི་ཚོད་པ་བསྒྲིག་ནས་རྒྱལ་རྩ་ལན་གསུམ་བརྒྱུད་པས་མཚན་ཡང་རྒྱལ་རྩ་གསུམ་པར་གྲགས། དེ་ནས་ཁོང་གིས་ཚད་མའི་གཞུང་སྤྲན་མང་པོ་ཞིག་མཛད་ནས་ཚོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་དགོངས་པ་བཀྲལ། རྒྱན་མཁན་པོ་དང་། སྒྲོབ་དཔོན་འདི་གཉིས་ཚད་མ་ལ་རྣམ་དཔྱད་ཀྱི་རྩལ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བར་གྲགས། སྒྲོབ་དཔོན་ཞི་བ་འཛོམས་གཞུང་སྤྲ་མ་དེ་རྣམས་ཀྱི་དོན་བཟུས་ནས་《དེ་ཉིད་བཟུས་པ་》ཞེས་བྱ་བའི་གཞུང་མཛད། ཀ་མ་ལ་གྲི་ལས་དེའི་དོན་བཀྲོལ་བའི་《ཁྱི་ཀ་ཚད་ཆེན་》ཏུ་གྲགས་པ་མཛད། གཞན་ཡང་《རིག་གྲུབ་སྒྲོན་མ་》སྟགས་ཅན་གྱི་སྒྲིས་མཛད་པ་དང་། 《ཐམས་ཅད་མཐུན་གྲུབ་》དང་། 《ཕྱི་རོལ་དོན་གྲུབ་》སྟགས་དགེ་སྤྲང་གིས་མཛད་པ་དང་། 《གཏན་ཚིག་གི་དེ་ཉིད་བཟུན་པ་》སྟགས་རྩོམ་རྒྱ་རིས་མཛད་པ་དང་། རིན་འབྱུང་ཞི་བ་དང་། ཤེར་འབྱུང་སྒྲས་པ། རྒྱ་ན་མི་ཏུ་སྟགས་ཀྱིས་མཛད་པའི་གཞུང་སྤྲན་ཤིན་ཏུ་མང་བར་བྱུང་ཞིང་བོད་ཏུ་འང་འགའ་ཞིག་འབྱུར་རོ། །

སྟེ་བརྟན་ཕྱི་མ་འགའ་ཞིག་སྤྲ་འབྱུར་ལ། །

ཕྱི་དར་མ་རྩོག་ས་པའ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱར། །

བོད་ཡུལ་ཏུ་སྟེ་བརྟན་ཕྱི་མ་《གཏན་ཚིག་ཐིགས་པ་》《འབྲེལ་པ་བརྟག་པ་》རྩ་འབྲེལ་སྟགས་འགའ་ཞིག་སྐྱ་བ་དཔལ་བཅེགས་དང་། དྲན་པ་ནམ་མཁའ་དག་གིས་བཟུན་པ་སྤྲ་དར་གྱི་རྒྱས་སུ་འབྱུར་ལ། ཕྱི་དར་གྱི་སྐབས་སུ་《ཚད་མ་ཀྱན་བརྟན་》སྟགས་ཞུ་མ་སང་རྒྱལ་གྱིས་བསྐྱར། རྒྱས་པའི་བཟུན་བཅས་《རྣམ་

འགྲེལ་» དང་། «ཚད་མ་སྟོང་ཕྱག་བཅུ་གཉིས་པ་» སྟགས་སྟག་མར་མ་དག་པའི་
 སྟོ་གྲོས་ཀྱིས་བསྐྱར་ཅིང་། བྱུང་པོ་གྲགས་སེ་སྟགས་ཀྱིས་བཤད་རྒྱན་སྟེལ་བ་དེ་ལ་
 ཚད་མ་སྟོང་པ་ཞེས་གྲགས་པ་ཅུང་ཟད་དར། རྟོག་ལོ་སྟོ་ལྷན་ཤེས་རབ་ཀྱིས་དེ་
 དག་ལ་འགྱུར་བཅོས་གནང་ཞིང་། «རྣམ་ངེས་» དང་། «རིག་ཐིགས་» རྣམས་
 ཡོངས་སུ་རྟོགས་པར་བསྐྱར། རྒྱན་དང་། ཚེས་མཚོག་ལྷགས་གཙོར་བཏོན་ནས་
 ཚད་མ་གསར་མ་དང་། བརྒྱད་འཛིན་ལྷ་པ་ཚེས་ཀྱི་སེང་གེས་དབུ་མ་སྟགས་ལ་
 བསྐྱས་པ་ཆེ་ཆུང་གཉིས་རེ་མཛད། བྱུང་པར་ «ཚད་མའི་བསྐྱས་པ་ཡིད་ཀྱི་ལྷན་
 སེལ་» མཛད་ཅིང་། འཆད་ཉན་གྱི་གྲ་བཅུགས་ནས་བསྐྱས་པའི་སྟོལ་བཏོད།
 བསྐྱས་པ་ཞེས་པའི་དོན་གང་ཞེ་ན། རྒྱལ་བའི་བཀའ་དང་དེ་འགྲེལ་བརྟན་བཅོས་
 ཀྱི། །དགོངས་དོན་མ་ལྷས་ལེགས་པར་བསྐྱས་པས་ན། །བསྐྱས་པ་ཞེས་སུ་མཁས་
 པས་མཚན་དུ་བཏགས། ཞེས་འགྲེལ་བཤད་གནང་འདུག ཐིགས་སུ་ཁ་ཆེ་པ་ཆ་
 ཆེན་ཤུག་གི་དང་། ས་སྐྱ་པ་ཆ་ཆེན་ཀྱན་དགའ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་ «ཚད་མ་རྣམ་
 འགྲེལ་» བསྐྱར་ལྷས་ཀྱི་གཏན་ལ་ཕབ། གཞན་ཡང་ཚད་མའི་འགྱུར་བྱེད་ལོ་རྩ་
 བ་མང་དུ་བྱུང་ཡང་བཤད་སྟོལ་གྱི་སྟོན་ས་རྟོག་གཉིས་མཚོག་དུ་བཟུང་ངོ་། །

ཐིགས་རིགས་གཏེར་རྩ་འགྲེལ་བཅས་པ་མཛད། །

བཤད་པའི་བརྒྱད་འཛིན་ཤར་རུབ་གྲུང་གསུམ་ཅས། །

སྟེལ་ལས་ཁང་གཉན་ཞང་དང་ཟུར་ཁང་རྒྱད། །

བྱུང་འཕགས་མང་བྱོན་ལྷག་པར་འཛིག་ཉེན་དབང་། །

རྒྱལ་མཚོག་བདུན་པས་རིག་གཞུང་རྒྱ་མཚོ་བསྐྱེལ། །

ཚེས་གྲགས་དགོངས་པའི་རྩ་བོ་ཀྱན་འདུས་སོ། །

བོད་དུ་ཚད་མ་རིག་པའི་གཞུང་བསྐྱར་བཤད་ཀྱིས་གཏན་ལ་འབེབ་པའི་སྟོབ་
 དཔོན་མ་རྟོག་ས་པ་ཆ་གསུམ་ཞེས་གྲགས་པ། དེ་དག་ལས་ཐིག་མ་འཇམ་པའི་
 དབྱངས་ས་སྐྱ་པ་ཆ་ཆེན་སྟེ་བ་ཉི་ཤུ་རྩ་ལྷན་པ་རྩི་ཏ་བརྒྱད་མར་བཞེས་པའི་སྟོབས་
 ཀྱིས་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པའི་མཁྱེན་རབ་དང་ལྷན་ཞིང་། མི་འཛིགས་སྟོབས་པའི་
 གཏེ་ཆེན་པོ་ཡང་གོལ། ལྷག་པར་ཚད་མ་ལ་མཚོག་དུ་མཁས་པ་ཆེན་པོར་གྲགས་

པ་དེས་ཐེ་བརྟན་མདོ་དང་བཅས་པའི་སྒྲིང་པོ་ 《ཚད་མ་རིགས་པའི་གཏེར་》 ཙ་
 བ་རང་འགྲེལ་དང་བཅས་པ་མཛད། སློབ་ཚན་གྱི་བོད་ཀྱི་ཏུ་མཐའ་ལས་
 པར་བྱང་བའི་གཙོ་བོ་རྟོགས་པའི་བརྒྱད་འཛིན་ཚན་གྱི་བོད་དཔོན་གསུམ། མན་
 དག་གི་བརྒྱད་འཛིན། ལོ་དམར་གཉིས་སོགས་བྱང་བ་ལས་འདྲིར་བཤད་པའི་
 བརྒྱད་འཛིན་ཤར་པ་ཤེས་རབ་འབྱུང་གནས་དང་། རྩོམ་རྩིས་ལྟར་སྒྲུ་མཛེད།
 ཏུ་བ་པ་འུ་ཡུག་པ་རིག་པའི་སེང་གེ བྱང་པ་སྒྲི་སྟོན་དེ་མེད་གསུམ་གྱིས་རྒྱ་ཆེར་
 སློལ་བ་ལས་རིག་པའི་དབང་ལྷན་བྱུང་པར་ཏུ་འཕགས་པ་མང་པོ་ཕྱོན་ཏེ་འུ་ཡུག་
 པའི་དཔོན་པོ་ཉི་ཐེག་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྟོན་ལ་ཀ་ཆེན་ཁང་གཉན་ཁང་གསུམ་
 ཟུར་ཁང་པ་དང་བཞེར་གྲགས་ཏེ། ཁང་སྟོན་འོད་ཟེར་རྒྱལ་མཛོན། གཉན་དར་
 མ་སེང་གེ ཁང་མདོ་ཐེ་དཔལ། ཟུར་ཁང་པ་དཀར་ལྷག་གྲགས་པ་རྣམས་ལས་
 བྱི་མ་ནི་མཆོག་ཏུ་གྱུར། ཡང་སྟོ་པ་ཀྱན་མཁུན་རིན་ཆེན་དཔལ་གྱིས་གྱང་ཡིག་
 ཆ་ཅི་རིགས་མཛད། དེ་དག་དང་འུ་ཡུག་པས་འཆད་ཉན་ལྷན་རིང་མཛད་པའི་
 གསུང་གི་རྒྱན་ལ། འཇམ་དབྱངས་སྒྲུ་བོ། ཉ་ལོ་ཆེན་པོ། ཆོས་རྩིས་མ་དམ་པ།
 ཉ་དཔོན་ཀྱན་དགའ་དཔལ་རྣམས་གྱང་ཚད་མ་ལ་མཁས་པས་ཚད་མ་ཉ་ལ་ཐུག་
 ཅེས་གཏམ་ཏུ་གྲགས། ཉ་དཔོན་སློབ་མ་གཡག་མི་ཕམ་ཆོས་ཀྱི་སྒྲུ་མ། དེ་ནས་
 རིམ་བཞིན་རིང་སྟོན་ཤེས་བྱ་ཀྱན་གཟེགས། བྱམས་ཆེན་རབ་འབྱམས་པ་སངས་
 རྒྱས་འཕེལ་བ། གོ་རམ་པ་བསོད་ནམས་སེང་གེ་སོགས་སྒྲུ་བའི་དབང་པོ་ཏུ་མ་
 ཕྱོན་ཅིང་། རིང་སྟོན་སློབ་མ་རྩིས་ལོད་དཔལ་ བ་ལས་པའ་ཆེན་ཤུག་མཆོག་
 ལྷན་སོགས། མདོར་ན་སྒྲུ་བའི་སེང་གེ་ལྷ་ཏིག་ཤིང་བ་བསྐྱར་ལ་བརྒྱས་པ་ལྷ་བྱ་
 ཕྱོན་ནོ། ཡང་དཔལ་ལྷན་སྒྲུ་མ་དམ་པའི་སློབ་མ་ལོ་ཆེན་བྱང་ཅེ། དེ་ལས་ལོ་ཆེན་
 གྲགས་པ། དེ་ལས་བོ་དོང་ཀྱན་མཁུན་འཛིགས་བྲལ་ཆེན་པོ་ཕྱོན་ཅིང་ 《ཚད་མ་
 རིག་སྒྲུང་》 བྱ་བའི་ལྷགས་སློབ་ཟུར་ཏུ་དབྱེ། ཡང་། ཁང་མདོ་ཐེ་དཔལ།
 མཁས་པ་ལོ་ར་བཟང་དཔལ། གཉན་དཔོན། རེད་མདའ་པ་གཞོན་ཏུ་སྒྲི་གྲོས།
 རྩོམ་ཁ་པ། དེ་ལས་རྒྱལ་ཚབ་དར་མ་རིན་ཆེན་དང་། མཁས་གྲུབ་དགེ་
 ལེགས་དཔལ་བཟང་སོགས་བརྒྱད་ནས། ད་ལྟའི་བར་འཆད་སློབ་མ་ཉམས་ཤིང་

རིག་ལམ་སེང་གའི་ང་རྩོམ་གྱི་ཐུག་པའོ། །

དེ་ལྟར་མཁས་པ་དུ་མས་རིག་པའི་ལམ་མ་འབྲུལ་པར་གསལ་བར་མཛད་ཀྱང་།
 སྤྱི་ནས་རིམ་གྱིས། བསོད་ནམས་དང་སློ་གྲོས་དམན་པས་རྣམ་པར་དབྱེད་པ་
 ལྟར་སྤང་བས་རིག་པའི་དབང་ཕྱག་(རིག་པའི་དབང་ཕྱག་ནི། སྤྱགས་ཀྱི་སྤང་པ་
 དང་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པ་གཉིས་སོ།)གི་གཞུང་ལྷགས་ཆུད་གསན་པ་ན། དེའི་ཚུལ་མ་
 རྟོག་བ་ལྟག་པར་གསལ་བར་མཛད་པ་འཛིག་ཅིན་དབང་ཕྱག་སྤྱན་རས་གཟིགས་
 རྒྱལ་མཆོག་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ། བདུན་པ་ཆོས་གྲགས་རྒྱ་མཆོས་སྟོན་ཆོས་ཀྱི་
 གྲགས་པར་སྐྱེ་བ་བཞེས་པའི་བག་ཆགས་སད་དེ། སྤྱགས་ནས་ཤར་གྱིས་གསུང་བ་
 ཉིད་ཡི་གེ་པས་འབྲི་བ་ཁོ་ན་ལས་ཚྭ་གཞི་དང་། སྤྱག་དཔེ་གཟིགས་རྟོག་གི་
 ཚུལ་བ་གང་ཡང་མ་མཛད་པ་སོགས་ཁྱད་འཕགས་དོ་མཆར་དུ་མ་དང་ལྟན་པའི་
 《ཆད་མ་རིག་གཞུང་རྒྱ་མཆོ་》 ཞེས་གྲགས་པ་སློ་ལྟན་རྣམས་ཀྱི་ཉེར་འཆར་
 བསྐྱེལ་བར་མཛད་དེ། དཔལ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་དགོངས་དོན་སྤྱིར་བཏུད་ཀྱི་ཆུ་
 བོ་མ་ལུས་ཤིང་ཀྱན་འདུས་པའི་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོ། ཁྱད་དུ་འཕགས་པའི་སློ་གྲོས་ཀྱི་
 ཚུལ་དང་ལྟན་པའི་སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་འཇུག་དོགས་ཆེན་པོར་གྱུར་ཏོ། །

རྟོག་ལོས་དོ་བོ་ཉིད་མེད་ས་ལྷགས་པས། །

ནལ་འབྱོར་སྤྱད་དང་གཞན་དག་གྲགས་སྡེ་པའི། །

དབུ་མར་བཀྲལ་ཏེ་བོད་ཀྱི་འགྲེལ་ཚུལ་གསུམ། །

ཆད་མའི་གཞུང་འདི་རྩི་ཙོང་ཁ་པ་སོགས་ཀྱིས་ལྟ་བ་ངན་པ་སྤྱན་སྤྱང་སྟེ་བདེན་
 བཞིའི་རྣམ་གཞག་མ་འབྲུལ་པར་སྟོན་པའི་བསྟན་བཅོས་སུ་བཞིན། མཁས་མཆོག་
 ངག་དབང་ཆོས་གྲགས་ཀྱིས། འདི་ལ་ནང་དོན་རིག་པ་ཆང་པའི་བསྟན་བཅོས་
 ཞེས་བྱ་དགོས་ཀྱི། བསྟན་བཅོས་ཀྱི་དོ་བོ་ནི་སྤྱི་རིག་པར་འཛིག་སྟེ་ཆད་མ་རིག་
 པའི་བསྟན་བཅོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས།

བཛྲིད་བྱ་གཏན་ལ་སབ་པའི་དོན་ལ་དགོངས་ནས་བཤད་ན་དབུ་མའི་བསྟན་
 བཅོས་སུ་བཀྲལ་སྟེལ་ཡོད་པ་དེ་ལ་ཡང་འདོད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་གསུམ་ཡོད་པ་ནི།
 རྟོག་ལོ་ཆེན་པོས་དོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་སྤྱོད་པའི་དབུ་མ་ཡིན་པར་བཞིན། ས་ལྷགས་

པ་རྣམས་ཀྱིས་རྣལ་འབྱོར་སྦྱོང་པའི་དབུ་མ་ཡིན་པར་བཞིན། གཞན་དག་པལ་མོ་
ཆེས། འཇིག་རྟེན་གྲགས་སྟེ་སྦྱོང་པའི་དབུ་མར་བཀལ་བ་ནི་བོད་ཀྱི་འགྲེལ་ཚུལ་
གསུམ་ཡིན་ནོ། །

ཀུན་མཁྱེན་གོ་རམས་པ་བསོད་ནམས་སེང་གེས། རིགས་པའི་གཙུག་རྒྱན་
གཉིས་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་ལ། རྟེན་བདུན་གོང་འོག་བསྐྱེད་པས་ནས་འཆད་པ་དང་། རྒྱ་
འགྲེལ་ལེགས་ཆ་བདུས་ནས་འཆད་པ་དང་། རང་གི་རྣམ་རྟོག་ཉིད་ཀྱིས་འཆད་
པ་སྟེ། གངས་རིའི་ཁྲོད་འདིར་འཆད་ཚུལ་རྣམ་གསུམ་ལས། སྒྲིབ་བྱ་མར་རིག་
ལམ་གོམས་བྱས་ནས། སྦྱོན་མེད་བརྒྱད་པའི་མན་ངག་དང་ལྡན་ཅིང་། འཇམ་
དབྱངས་ཐུགས་ཀྱི་མཁྱེན་པ་མངའ་བ་ཡི། ལ་སྐྱུ་པ་ནི་འཆད་ཚུལ་དང་པོ་བཞིན།
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། བོད་ཀྱི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཚད་མའི་གཞུང་ལུགས་
འཆད་ཉན་མཛད་སྟོལ་མི་འདྲ་བ་གཙོ་བོར་གསུམ་བུར་ཡོད་པར། ས་པའ་ཀུན་
དགའ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་འཆད་སྟོལ་ནི། ཐོགས་ཀྱི་སྤང་པོས་མཛད་པའི་《ཚད་མ་
མདོ་》དང་། ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས་མཛད་པའི་《ཚད་མ་སྟེ་བདུན་》དང་། 《ཚད་
མ་ཀུན་བདུས་》 ཀྱི་ལེའུ་དང་པོའི་རང་འགྲེལ་རྣམས་ཀྱི་བཛྲིད་བྱ་གཞུང་གོང་
འོག་སྐྱ་ཆོགས་སུ་སེལ་བུར་ཡོད་པ་རྣམས་རིགས་མཐུན་ཐོགས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེད་པས་
ནས་འཆད་པ་དང་། བོད་སྟོན་གཞན་པལ་མོ་ཆེ་རྣམས་ཀྱིས། རྒྱ་གར་གྱི་ཚད་
མའི་མཁན་པོ་ལྟ་དབང་ལྷོ་དང་། རྒྱ་ལྷོ་དང་། རྒྱ་མཁན་པོ་ཤེས་རབ་འབྱུང་
གནས། སྒྲིབ་དཔོན་ཆོས་མཚོག་གམ་རྒྱལ་རྩ་གསུམ་པར་གྲགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་
མཛད་པའི་ ཚད་མའི་འགྲེལ་པ་རྣམས་ཀྱི་ལེགས་ཆ་བདུས་ནས་འཆད་སྟོལ་ཡོད་
པ་དང་། རྒྱལ་ཚབ་ཇེ་དང་། མཁས་གྲུབ་ཇེ་རྣམ་གཉིས་ནི་རང་གི་རིག་པའི་
རྟོག་དབྱེད་ཀྱིས་འཆད་པ་སྟེ་བོད་ཀྱི་འཆད་ཚུལ་གསུམ་བུ་བཞིན་དོ། །

དེར་བྱས་བོད་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་སོ་སོའི་མཁས་པས་བརྩམས་པའི་ཚད་མ་རྣམ་
འགྲེལ་གྱི་འགྲེལ་པ་གཙོ་བོ་རྣམས་ནི། ས་སྐྱུ་པའ་ཆེན་གྱིས་མཛད་པའི་ཚད་མ་
རྣམ་འགྲེལ་གྱི་འགྲེལ་པ་《ཚད་མ་རིགས་གཉིར་》རང་འགྲེལ་དང་བཅས་པ། ལུ་
ལུག་པ་རིག་པའི་སེང་གེས་མཛད་པའི་ཚད་མ་རྣམ་འགྲེལ་གྱི་འགྲེལ་པ་ 《རིགས་

མཛོད་ཆེན་མོ་》 གོ་རམས་པ་བསོད་ནམས་སེང་གེས་མཛོད་པའི་རྣམ་འགྲེལ་
 གྱི་འགྲེལ་པ་《ཀུན་རྒྱ་བཟང་པོའི་ཉི་མ་》དང་། 《ཀུན་རྒྱ་བཟང་པོའི་འོད་ཟེར་》
 རྣམས་ནི་ས་སྐྱ་པའི་མཁས་པས་མཛོད་པའི་ཆོད་མའི་འགྲེལ་པ་ཡིན། རྒྱལ་བ་
 ཀམ་པ་ཆོས་གྲགས་རྒྱ་མཆོས་མཛོད་པའི་《ཆོད་མ་རིགས་གཞུང་རྒྱ་མཆོ་》 དང་།
 འབྲུག་པ་པརྒྱ་དཀར་པོས་མཛོད་པའི་ 《ཆོད་མའི་འགྲེལ་པ་སྡེ་བདུན་འཇམ་
 དབྱངས་དགོངས་རྒྱན་》རྣམས་ནི་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་མཁས་པས་མཛོད་པའི་ཆོད་
 མའི་འགྲེལ་པ་ཡིན། རྒྱལ་ཆབ་དར་མ་རིན་ཆེན་གྱིས་མཛོད་པའི་《ཆོད་མའི་
 འགྲེལ་པ་ཐར་ལམ་གསལ་བྱེད་》དང་། མཁས་གྲུབ་དགེ་ལེགས་དཔལ་བཟང་
 གེས་མཛོད་པའི་ 《ཆོད་མའི་འགྲེལ་པ་སྤྱི་ཆེན་རིགས་པའི་རྒྱ་མཆོ་》རྣམས་ནི་
 དགེ་ལུགས་པའི་མཁས་པས་མཛོད་པའི་ཆོད་མའི་འགྲེལ་པ་ཡིན། འཇུ་མི་པམ་
 རྣམ་རྒྱལ་རྒྱ་མཆོས་མཛོད་པའི་ 《ཆོད་མའི་འགྲེལ་པ་ལེགས་བཤད་སྣང་བའི་
 གཏེར་》ནི་རྩིང་མའི་མཁས་པས་མཛོད་པའི་ཆོད་མ་རྣམས་ཀྱི་འགྲེལ་བཤད་
 རྒྱས་ཤོས་སུ་མཐོང་།

ས་བཅད་གསུམ་པ། ཆོད་མའི་རྒྱན་སྦྱོང་གི་ཐ་སྙད་

ཁག་གཅིག་གི་འགྲེལ་པ།

【ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ】 ཉེ་བར་ལེན་པའི་རྒྱ་དང་དོན་གཅིག །རང་འབྲས་རང་གི་
 རྣམས་རྒྱན་རྒྱ་གཙོ་བོར་སྦྱོང་བྱེད་དེ་ཡིན། དཔེར་ན། རྣམ་གྱི་ལྷ་གུའི་ཉེར་ལེན་གྱི་
 རྒྱ་ནི་ལྷ་གུ་དེའི་རྒྱར་གྱུར་པའི་ས་བོན་དེ་ཡིན། ས་བོན་དེ་འཇིག་པ་དང་དེའི་
 རྒྱན་མི་འཇིག་པ་རང་འབྲས་ལྷ་གུ་སྦྱོང་ཅིང་རྣམས་རྒྱན་གཙོ་བོར་སྦྱོང་ཅིང་ཡོད་པ་
 རེད། དེ་བཞིན་རྒྱ་ཤོག་གུའི་རྒྱར་གྱུར་པའི་རྒྱ་ཀྱང་དང་། ཤིང་ཤུན་རྣམས་ཤོག་
 གུའི་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་ཡིན། སུད་ཤིང་སྐད་ཅིག་ཐ་མ་དེ་རང་འབྲས་སོལ་བའི་ཉེར་
 ལེན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པ་དང་། མའི་མངལ་རྒྱ་འདུས་པའི་ས་མའི་ས་བོན་སྦྱོན་མེད་དེ་
 མངལ་གནས་གྱི་ལྷ་གུ་དེའི་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་གོ་སྟེ།

① འདི་ནི་ཐོད་གྱི་ཆོད་མ་རྣམས་ཀྱི་འགྲེལ་པ་དང་པོ་ཡིན་པར་བཤད།

【ལྷན་ཞིག་བྱེད་སྐབས་】 རང་གི་ལྷན་ཞིག་བྱེད་འབྲས་རང་གི་རྣམས་རྒྱུན་མ་ཡིན་པ་གཙོ་བོར་སྐྱེད་བྱེད་དེ་ཡིན། དཔེར་ན། ལྷ་གྲ་སྐྱེ་བའི་རྣམས་རྒྱུན་གཙོ་བོར་མ་ཡིན་པའི་ལྷ་གྲའི་རྒྱུར་གྱུར་པའི། རྒྱལ་དུ་དྲོད་གཤེར་ནམས་ལྷ་གྲའི་ལྷན་ཞིག་བྱེད་སྐབས་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་ཤོག་གྲའི་ལྷན་ཞིག་བྱེད་སྐབས་ནི་རང་གི་རྣམས་རྒྱུན་ལས་གཞན་པའི་སྐྱེས་གྲའི་བྱེད་སྐབས་སོགས། ཤོག་གྲ་སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་སྐྱེད་གཞན་ནམས་ཡིན། སོལ་བའི་ལྷན་ཞིག་བྱེད་སྐབས་ནི་མེ་ཡིན། མངལ་གནས་ཀྱི་ལྷ་གྲ་དེའི་ལྷན་ཞིག་བྱེད་སྐབས་ནི་མའི་མངལ་དང་། ལུས་ཀྱི་དྲོད་གཤེར་ལ་སོགས་པ་ནམས་སོ། །

【རྒྱ་དུག་ནི་】 བྱེད་རྒྱ་ལྷན་ཞིག་འབྲུང་བ་དང་། །བསྐྱེད་མཉམ་མཚུངས་པ་ལྷན་པ་དང་། །ཀྱན་དུ་འགྲོ་དང་ནམ་སྐྱེད་དང་། །རྒྱ་ནི་ནམ་པ་དུག་དུ་འདོད། །

【བྱེད་རྒྱ་】 སྐྱེར་འདུས་བྱས་རང་ལས་གཞན་དུ་གྱུར་པའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་འདུས་བྱས་ཀྱི་བྱེད་རྒྱ་ཡིན། དེ་ལའང་གཙོ་པལ་གཉིས་སུ་དབྱེ་ཁྱིམ་གཙོ་བོ་བྱེད་རྒྱ་རུས་བཅས་ནི། དཔེར་ན། མིག་དབང་དང་གཟུགས་ནི་མིག་ཤེས་སྐྱེ་བའི་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། མིག་དབང་ནི་རྟེན་ཀྱི་བྱེད་རྒྱ། གཟུགས་ནི་གནས་ཀྱི་བྱེད་རྒྱ་ཡིན། ཡང་། ཁ་བས་ནི་ལུས་ཀྱི་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། ལུས་སྐྱེད་པར་རུས་པའི་ཕྱིར། ཡང་། ས་བོན་དང་། ལྷ་གྲ། འདབ་མ། སྤང་བུ་སོགས་སྤྲ་མ་སྤྲ་མ་སྤྱི་མ་སྤྱི་མའི་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་རིམ་པར་སྐྱེད་པའི་རུས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། བྱེད་རྒྱ་པལ་པ་ནི་སྐྱེད་པའི་བྱ་བ་ལ་རུས་པ་མེད་ཀྱང་། ཤོགས་མི་བྱེད་པ་ཅམ་ཀྱི་ཆ་ནས་བཞག་པ་ཡིན་པས་འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་ནམ་མཁའ་ཡང་། དངོས་པོ་སྐྱེ་བ་ལ་ཤོགས་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ན་བྱེད་རྒྱའི་གས་སུ་འཛོག་འོས། ཞེས་ཤེས་བྱ་ཀྱན་བྱབ་ལས་གསུངས།

【ལྷན་ཞིག་འབྲུང་བའི་རྒྱ་】 འདུས་བྱས་ཀྱི་ཚོས་གང་ཞིག །ལྷན་ཞིག་དུ་འབྲུང་ཞིང་པན་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་རྒྱ་འབྲས་སུ་གྱུར་པ་ནི། ལྷན་ཞིག་འབྲུང་བའི་རྒྱ་ཡིན། སྐྱེ་དངོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་དུ་འབྲུང་བ་ཆེན་པོ་བཞི་ནམས་ནང་པན་ཚུན་དུ་ལྷན་ཞིག་འབྲུང་རྒྱ་ཡིན་པ་ལྟ་བུ། མིའི་ལུས་ཁམས་ཀྱི་ནང་དུ་ལྷན་སྐྱེས་སུ་ཡོད་པའི། ས་རྒྱ་མེ་རྒྱང་བཞིའི་འབྲུང་རྣམས་རིགས་མི་འདྲ་བ་ཐམས་ཅད་ལྷན་ཞིག་འབྲུང་བའི་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། གཟུགས་སྤང་ནང་གི་སྤྲ་སྤང་གི་རྣམས་

རིགས་ C. H. O. N སོགས་མི་འདྲ་བ་རྣམས་ཕན་ཚུན་ལྟན་ཞིག་འབྱུང་བའི་རྒྱ་
ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་ཟན་རིལ་གཅིག་གི་ནང་དུ་ཚུམ་པ་དང་། རྒྱུ་མ་
རྣམས་ཕན་ཚུན་ལྟན་ཞིག་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ཡིན།

【སྐལ་མཉམ་གྱི་རྒྱ】 རང་འབྲས་རང་དང་རིགས་འདྲ་སྦྱོང་པར་བྱེད་པའི་རྣམས་
པ་སྟེ། རྣམས་ཀྱི་ས་བོན་ལས་རྣམས་སྦྱོང་བ་དང་། མིའི་ས་བོན་ལས་མི་སྦྱོང་བ་སོགས་རྒྱ་
རང་དང་རིགས་འདྲ་སྦྱོང་པའི་རྣམས་པ་ལ་ཟེར།

【མཚུངས་ལྟན་གྱི་རྒྱ】 སེམས་དང་སེམས་བྱུང་རྣམས་ཕན་ཚུན་མཚུངས་ལྟན་
རྣམས་པ་ལྟ་མཚུངས་ཏེ། རྟེན་མཚུངས་པ། དམིགས་པ་མཚུངས་པ། རྣམ་པ་
མཚུངས་པ། རྣམ་མཚུངས་པ། རྣམ་མཚུངས་པ་སྟེ་མཚུངས་པ་རྣམས་པ་ལྟས་
མཚུངས་ལྟན་གྱི་རྒྱ་ཡིན། མཚུངས་ལྟན་གྱི་རྒྱ་ནི་སྟོ་གང་ཞིག་སྦྱོང་བའི་རྒྱ་ལ་ཟེར།
དཔེར་ན། སྟོན་པོ་འདྲིན་པའི་སྟོ་སྦྱོང་བའི་རྒྱ་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གཉིས་ཡིན་
ལ། དེ་གཉིས་རྟེན་དབང་པོ་གཅིག་པ། དམིགས་པའི་ཡུལ་གཅིག་པ། འདྲིན་
སྒྲུངས་གྱི་ཡུལ་གཅིག་པ། སྦྱོང་བ་རྣམས་མཉམ་གནས་པ་རྣམས་མཉམ་འདྲིན་པ་རྣམས་
མཉམ་པས་རྣམས་གཅིག་པ། རྣམས་གཅིག་པ་སྟེ་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གཉིས་རྣམས་
གཅིག་པ་ཡིན་པས་ན་མཚུངས་ལྟན་གྱི་རྒྱ་ཟེར། འདིར་རྣམས་གཅིག་པས་ལྟན་
ཞིག་འབྱུང་བའི་རྒྱ་དང་བྱུང་པར་ཅི་ཞེ་ན། སེམས་སེམས་བྱུང་རྣམས་ཕན་ཚུན་
འབྲས་བུ་བསྦྱོང་བའི་ཆ་རྣམས་ལྟན་ཞིག་འབྱུང་རྒྱ་ཡིན་ཡང་། ལྟན་ཞིག་འབྱུང་
བའི་རྒྱ་ལ་མཚུངས་ལྟན་གཞན་རྣམས་མེད་པས་མི་འདྲ་བ་དཔེར་ན། འཕྲོན་པོ་
གཉིས་ལམ་དུ་འཕྲོ་བའི་ཆོ་ཕན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་གྲོགས་བྱེད་ཅིང་འཕྲོ་
བ་ནི་ལྟན་ཞིག་འབྱུང་བའི་རྒྱ་དང་། འཕྲོན་པོ་གཉིས་ལམ་དུ་འཕྲོ་བའི་ཆོ་ཕན་
ཚུན་གྲོགས་གྱི་འབྲལ་པ་མ་ཟད། ཟས་དང་། སྒྲོམ་དང་། གནས་མལ་སོགས་རྒྱན་
མོང་དུ་སྦྱོང་བའི་ཆོ་ཕན་བ་ལྟ་བུ་ནི་མཚུངས་ལྟན་གྱི་རྒྱའི་དཔེར་ཡིན། ཞེས་མཛོད་
འགྲེལ་རྣམས་སྟུགས་སྟངས་པ་ལྟར་རོ། །སྦྱིར་ལྟན་ཞིག་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ཡིན་ན་
མཚུངས་ལྟན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་མི་རུང་བ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། མི་བསྦྱོང་དོ་རྟེན་མཛོད་
འགྲེལ་《གུབ་བདེའི་དབྱིད་འཛོལ་》ལས། བྱེད་རྒྱ་དང་། རྣམ་སྦྱོན་གྱི་རྒྱ་གཉིས་མ་

གཏོགས་གཞན་ནམས། སན་ཚུན་ཡིན་མིན་གྱི་ལུ་བཞིར་འཛིག་ཚིག་པ་དཔེར་བཞིན་དང་བཅས་ཏེ་གསུངས་ཡོད་ཀྱང་། དཔེར་བཞིན་དེ་དག་མཐོང་སྤང་དང་། སྒྲིབ་སྤང་སོགས་ལ་སྒྱུར་ནས་གསུང་ཡོད་སྟབས་འདིར་དེང་རབས་མཁས་དབང་ནམས་ཀྱིས་གོ་དཀའ་བས་རེ་ཞིག་མ་བཤོད།

【ཀུན་འགྲོའི་རྒྱ】 སྤྱ་རྒྱས་ལ་ཟེར། དེ་ནི་ཉོན་མོངས་དང་དོན་གཅིག །ཀུན་འགྲོའི་རྒྱ་ཟེར་བའི་རྒྱ་མཚན་ནི། ཁམས་གསུམ་ཐམས་ཅད་ཏུ་འགྲོ་ཞིང་ནམ་གྲུ་ཐོབ་པ་ལ་གཤམ་བྱེད་པའི་ཉོན་མོངས་ཀྱི་ཚོས་ནམས་སྐྱེད་པར་བྱེད་པས་ན་ཀུན་འགྲོ་ཟེར། སེམས་རྒྱུད་ལ་གནས་པའི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་རྒྱར་གྱུར་པའི་སྤྱ་རྒྱས་ཀྱིས་འདོད་ཆགས་སྐྱེད་པ་དང་། ཞེ་སྤང་གི་རྒྱར་གྱུར་པའི་སྤྱ་རྒྱས་ཀྱིས་ཞེ་སྤང་སྐྱེད་པ་ལྟ་བུ། འདིར་མངོན་པ་མཛོད་ཏུ་སྤྱ་རྒྱས་ཞེས་ཉོན་མོངས་ཀྱི་མིང་གི་ནམ་གྲུངས་ཤིག་ཡིན་པ་མཁས་པ་ནམས་བཞིན་མོད། ཞིབ་ཏུ་བཟླགས་ན་སྤྱ་རྒྱས་དང་ཉོན་མོངས་གཉིས་སྤྱ་བའི་སྒྲིབ་ནས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་གྲུབ་པའི་མིང་ཞིག་ཡིན་པ་པོ་པོས་སེམས་སོ། །

【ནམ་སྐྱེན་གྱི་རྒྱ】 རང་འབྲས་ནམ་པར་སྐྱེན་པ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་སྟེ། དགོ་སྟེག་གི་ལས་ནམས་ཡིན། རྒྱ་དགོ་བའི་ལས་ཀྱིས་འབྲས་བྱ་བ་དེ་བ་སྐྱེད་པ་དང་། རྒྱ་མི་དགོ་བའི་ལས་ཀྱིས་འབྲས་བྱ་སྟུག་བསྐྱེད་པ་སྟེ། དཔེར་ན། རྒྱ་སྟེག་བཅད་པའི་ལས་ཀྱིས་འབྲས་བྱ་ཆེ་ལྷང་བར་སྐྱེད་པ་དང་། རྒྱ་མ་བྱིན་པ་སྤངས་པས་འབྲས་བྱ་ཞོར་དབུལ་པོར་སྐྱེད་པ་ལྟ་བུའོ། །

【རྒྱུ་བཞི་ནི་】 རྒྱ་རྒྱུ་མཚུངས་པ་དེ་མ་ཐག །དམིགས་རྒྱུ་བདག་རྒྱུ་རྒྱུ་བཞིའོ། ཞེས་གསལ་བ་ལྟར་རོ། །

【རྒྱུ་ལྟེ་རྒྱུ་】 རྒྱུ་བཞིའི་ནང་གསེས་ཏེ། རྒྱ་རྟུག་ལས་བྱེད་རྒྱ་མ་གཏོགས་པའི་གཞན་རྒྱ་ལྟེ་པོ་དེ་དག་ཐམས་ཅད། རང་འབྲས་སྐྱེ་བར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཡང་ཡིན་ལ་རྒྱུ་ཡང་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན་རྒྱུ་ལྟེ་རྒྱུ་ཞེས་ཟེར། རྒྱ་ལྟེ་པོ་དེ་དག་ནི་རང་རང་གི་འབྲས་བྱ་སྐྱེ་བ་ལ་སན་འདོགས་པ་ནི་རྒྱུ་ལྟེ་རྒྱུ་ཞེས་ཟེར། བྱེད་རྒྱ་ལ་འདུས་མ་བྱས་ཀྱང་ཡོད་པས་འདུས་བྱས་ཀྱི་ཚོས་ཐམས་ཅད་རྒྱུ་ལྟེ་རྒྱུ་ཡིན་པར་གསུངས་པ་

དང་འགལ་བས་དེར་མ་བཞག་པ་ཡིན།

【མཚུངས་པ་དེ་མ་ཐག་རྒྱུན་】 དངོས་པོ་གང་དེའི་རང་གི་རིགས་རྒྱུན་སྐད་ཅིག་
སྡུ་མ་དེ་ཡིན། རྒྱུན་བཞིའི་ནང་གསེས། རིགས་མཚུངས་པ་གང་ཞིག་སྡུ་མ་འགག་
པ་དང་ཕྱི་མ་དེའི་རིགས་འདྲ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་རྒྱུན་རྣམས་ཡིན། དཔེར་ན། མིག་
ཤེས་སྐད་ཅིག་དང་པོ་དེ་མིག་ཤེས་སྐད་ཅིག་གཉིས་པར་སྐྱེད་པའི་དེ་མ་ཐག་རྒྱུན་
ཡིན་པ་དང་། གཟུགས་སྐད་ཅིག་དང་པོ་དེ་གཟུགས་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་སྐྱེད་
པའི་རྒྱུན་ཡིན་པ་ལྟ་བུའོ།

【དམིགས་རྒྱུན་】 ཡུལ་ཡིན་ཏེ། རྒྱུན་བཞིའི་ནང་གསེས། དབང་ཤེས་རྣམས་
འཇུག་པའི་ཡུལ་སྟེ། དཔེར་ན། མིག་ཤེས་ཡུལ་ལ་འཇུག་པའི་ཆོ་དམིགས་རྒྱུན་
གཟུགས་ཡིན་པ་དང་། རྣ་ཤེས་ཡུལ་ལ་འཇུག་པའི་ཆོ་དམིགས་རྒྱུན་སྡུ་མ་ཡིན་པ་
ལྟ་བུའོ།

【བདག་རྒྱུན་】 དབང་པོ་ཡིན་ཏེ། རྒྱུན་བཞིའི་ནང་གསེས། དབང་པོ་རྣམས་སོ་
སོའི་རང་འབྲས་དེ་འཛིན་གྱི་ཤེས་པ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་བདག་པོ་ནི་དབང་པོ་སོ་
སོ་ཡིན་པ་ལྟ་བུའོ།

【མཚན་མཚན་གཞི་གསུམ་】 མཚན་ཉིད་དང་། མཚན་བྱ། མཚན་གཞི་གསུམ་
ལ་ཟེར། 《རིགས་གཏེར་》ལས། ཤེས་བྱ་ཀུན་ལ་ཆོས་གསུམ་གྱིས། །ཁྱབ་སྤྱོད་དེ་
ཡི་རྣམ་གཞག་བཤད། །མཚན་ཉིད་གོ་བྱེད་དོན་གྱིས་ཆོས། །མཚན་བྱ་གོ་བྱ་སྟོ་ཡི་
ཆོས། །མཚན་གཞི་གོ་བྱ་རྟེན་གྱི་ཆོས། །དེ་དག་རྣམ་པར་གཞག་འཛིན་ཡིན།
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།

【རང་ལྟོག་】 རང་དང་ཐ་དད་ལས་ལོག་པའི་ཆོས་ཏེ། ཆོས་གང་ཞིག་ །གཞན་
སེལ་གྱི་སྟོ་ངོར་སྤང་བའི་ཆོས་དེ་རང་ལྟོག་ཡིན། དོན་དུ་མཚན་གཞི་གང་དེའི་
དོན་སྤྱི་རྣམ་པ་སྟོ་ངོར་དུ་འཆར་བ་དེ་ཡིན། མཚན་བྱ་གོ་བྱ་སྟོ་ཡི་ཆོས།
ཞེས་པ་དོན་དུ་རང་ལྟོག་ཅེས་པ་ཆོས་གང་རང་གི་རྣམ་པ་སྟོ་ངོར་དུ་འཆར་བ་དེ་
ཡིན། དཔེར་ན། བུ་པའི་ལྟོག་པ་བུ་པ་ཡིན་པ་ལྟར། སྟོག་སྐད་གྱི་ལྟོག་པ་
གང་ཟེར་ན། སྟོག་སྐད་རང་གི་རྣམ་པ་སྟོ་ངོར་ན་འཆར་བ་དེ་རེད་ཟེར་དགོས།

འོན་ཀྱང་བྱམ་པ་ནི་དོན་གྱི་ཚས་ཡིན་པས་རང་མཚན་དང་། བྱམ་པའི་ཕྲག་པ་
ནི་བྱམ་པའི་ནམ་པ་སྟེ་སྤྱིར་ཞབས་ཞུམ་པ་གང་རྟོགས་དོར་འཆར་བ་དེ་ཡིན།

【རང་ཕྲག་གཅིག་པ】 རང་ཕྲག་སོ་སོ་བ་མ་ཡིན་པ། དཔེར་ན། ཡོད་པ་དང་ཡོད་
པ་གཉིས་དང་བྱམ་པ་དང་བྱམ་པ་གཉིས་ལྟ་བུ་གཅིག་པ་གཅིག་རྒྱང་ལས་སྒོ་དོར་
ཐ་དད་པ་འཆར་རྒྱ་མེད་པའོ། །

【རང་ཕྲག་ཐ་དད་པ】 རང་ཕྲག་སོ་སོ་བའི་ཚས། དཔེར་ན། བྱམ་པ་དང་མི་རྟག་
གཉིས། ཤེས་བྱ་དང་ཡོད་པ་གཉིས་ལྟ་བུའོ། །

【རང་ཕྲག་ཐ་དད་མེད་ནས་མི་སྲིད་པ】 མཚན་ཉིད་སྒྲོན་ཅན་ཞིག་སྟེ། མཚན་
གཞི་དང་མཚན་བྱ་གཅིག་ཏུ་བྱས་ནས་དེའི་མཚན་བྱེད་མཚན་ཉིད་བཞག་པ་ལྟ་
བུ་ལ་ཟེར།

【རང་ཕྲག་རྣམས་སུ་མ་གྲུབ་པ】 ཚད་མ་སྤྱི་རབས་པ་ནམས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་
སྒྲོན་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་གི་བརྟེན་དེ། དཔེར་ན་བ་སྤང་གི་མཚན་ཉིད་ཏུ་བ་སྤང་
བཞག་པའི་ཚོ། དེ་འདྲའི་བ་སྤང་དེ་མཚན་བྱར་བཞག་པའི་བ་སྤང་དེ་ལས་སམ།
ཡང་ན་རང་ལས་དོན་གྱི་ཕྲག་པའི་རྣམས་སུ་མ་གྲུབ་པར། རང་ཕྲག་སྟེ་ཐ་སྟངས་ཁོ་
ནའི་རང་བཞིན་ཏུ་གནས་པའི་དོན།

【དོན་ཕྲག】 ཚས་ནམས་ཀྱི་རང་གི་མཚན་ཉིད་ལ་དོན་ཕྲག་ཟེར། མཚན་ཉིད་གོ་
བྱེད་དོན་གྱི་ཚས། དཔེར་ན། བྱམ་པའི་དོན་ཕྲག་གང་ཞེ་ན། སྟེ་སྤྱིར་ཞབས་
ཞུམ་རྒྱ་སྒྲོར་གྱི་དོན་བྱེད་རྣམས་པ་དེ་བྱམ་པའི་དོན་ཕྲག་ཡིན། དོན་ཏུ་ཚས་གང་
དེའི་བྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱང་ཚས་དེ་ལ་ཟེར། དཔེར་ན། སྟོག་སྤང་གྱི་དོན་
ཕྲག་གང་ཞེ་ན། སྟོག་སྤང་གྱི་བྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱང་ཚས་སྟོག་རུལ་གྱི་རྣམས་པ་
ལ་བཞེན་ནས་ཡི་གེ་དང་། ཚིག་རིག་རི་མོ་སྒྲ་ཚོགས་སོགས་ལས་གཞིའི་ནམ་
གངས་མཐའ་ལས་པ་ཞིག་བདེ་སྒྲག་ཏུ་བསྐྱབ་རྣམས་པ་སྟོག་སྤང་གྱི་དོན་ཕྲག་ཡིན།

【དོན་ཕྲག་གཞན་འགྱུར་】 ཚད་མ་སྤྱི་རབས་པའི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོན་བྱེ་
བྲག་པ་ཞིག་གི་ཐ་སྟངས་དེ། དཔེར་ན་དངོས་པོའི་དོན་ཕྲག་ལས་གཞན་ཏུ་འགྱུར་
ནས་དངོས་མེད་ཀྱི་དོན་ཕྲག་ཏུ་སང་བ་ལྟ་བུའི་དོན།

【དོན་ལྡན་ཐ་དང་མེད་ནས་མི་སྲིད་པ།】 མཚན་ཉིད་སྒྲིབ་ཅན་ཞིག་རྟེ། མཚན་གཞི་དང་། མཚན་བྱ་གཅིག་དུ་བྱས་ནས་དེའི་མཚན་བྱེད་མཚན་ཉིད་བཞག་པ་ལྟ་བུའོ།

【གཞི་ལྡན།】 རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་མཚན་པའི་གཞི་རྟེ། དངོས་པོ་བྱེད་བྱ་པའི་དོན་ཡིན་ཏེ། མཚན་གཞི་གོ་བྱ་རྟེན་གྱི་ཚས། ཞེས་པ། དཔེར་ན། བྱ་མ་པའི་གཞི་ལྡན་གང་ཞེ་ན། བྱེད་བྱ་གསེར་གྱི་བྱ་མ་པ་ལྟ་བུའམ། སྒོག་ཁྲའ་གྱི་གཞི་ལྡན་གང་ཞེ་ན། བྱེད་བྱ་ངའི་ལག་པའི་མཐེ་འཕུལ་ལྟ་བུའོ། །མཚན་གཞི་གོ་བྱ་རྟེན་གྱི་ཚས། ཞེས་གསུངས།

【རྣམ་ཚུགས།】 དོན་བྱེད་ལུས་པའི་དངོས་གཟུགས་ཏེ། མཚན་བྱའི་ཚས་བྱེད་བྱ་པ་དེ་ལ་གོ་དགོས། དཔེར་ན། དངོས་པོ་རང་མཚན་པ། མཐུན་གྱི་ཚས་ཅོ་དང་། མཐུན་གྱི་སྒོག་ཁྲ་ལྟ་བུའོ།

【ལྡན་ཚུགས།】 རྟོག་པ་ལ་རྣམ་གྱི་ཡོན་ཏན་དུ་སྒྲུབ་བའི་ཚས་གང་ཞིག་དངོས་པོ་མ་ཡིན་པ་རྟེ། དཔེར་ན་སྒོ་ངོར་གྱི་བྱ་མ་པ་ལྟ་བུ་དང་། སྒོ་ངོར་གྱི་པོ་བྲང་པོ་ཏ་ལ་ལྟ་བུ་སྒོ་ངོར་སྒྲུབ་བའི་དོན་སྒྲིབ་ཚུགས་དེ་ལ་ཟེར།

【དོན་སྒྲིབ།】 རྟོག་པའི་སྒྲུབ་ངོར་འཆར་བའི་ཚས་གང་ཞིག་གི་རྣམ་པ་རྟེ། དཔེར་ན། རྟོག་ངོར་འཆར་བའི་བྱ་མ་པ་ལྟ་བུ། རྟོག་ངོར་འཆར་བའི་མེ་དང་། རྒྱ་རྒྱུང་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་དོན་རང་མཚན་ཅན་གྱི་བྱ་བ་བྱེད་མི་བྱབ་པའི་ཚས།

【སྒྲིབ་སྒྲིབ།】 སྒྲིབ་པ་བརྟེན་ནས་མིང་གི་ཆ་འདྲ་བ་སྒོ་ལ་སྒྲུབ་བ་རྟེ། བྱ་མ་པ་ཞེས་གང་ཡིན་མ་དེས་པའི་གང་ཟག་གི་སྒོར། བྱ་མ་པ་ཞེས་པའི་སྒྲིབ་པ་བརྟེན་ནས་དེའི་ཆ་འདྲ་བའི་རྣམ་པ་ཞིག་སྒོ་ལ་སྒྲུབ་བ་དེ་ལ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ཟེར།

【སྒྲིབ་སྒྲིབ་རྟོག་པ།】 སྒྲིབ་སྒྲིབ་ཀྱང་པ་ལས་དོན་གང་ཡིན་མ་དེས་པའི་སྒོ། བཟང་ལ་མ་བྱང་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་བྱ་མ་པའི་སྒྲིབ་སྒྲིབ་སྒྲུབ་བའི་སྒོ་ལྟ་བུའོ།

【རང་མཚན།】 རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་པའི་དངོས་པོ་རྟེ། རྟོག་པས་བཏགས་པ་ཅུ་མ་མ་ཡིན་པར་ཡུལ་རང་ངོས་ནས་བྱུང་པའི་དངོས་པོ། དཔེར་ན། མེ་རང་མཚན་པས་དངོས་པོ་བསྟེན་ལུས་པ། རྒྱ་རང་མཚན་པས་དངོས་པོར་

བརྒྱན་གཤེར་བྱ་རུས་པ།

【སྒྲིབ་མཚན】 ཡུལ་རང་ངོས་ནས་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་པར་རྟོག་པས་བཏགས་པ་ཅམ་གྱི་ཚེས། འདི་ཡང་རྟོག་ངོར་གྱི་ཚེས་ཏེ། རྟོན་སྒྲིབ་དང་རྟོན་གཅིག། འོན་ཏེ་རྟོན་སྒྲིབ་དང་སྒྲིབ་མཚན་གཉིས་ལ་བྱད་པར་ཅི་ཡོད་ཅི་ན། རྟོན་རྟུ་གཅིག་ཡིན་ཡང་སྒྲིབ་ལ་འཛིན་སྐྱངས་གྱི་སྒྲིབ་ནས་བྱད་པར་ཡོད་དེ། རྟོག་པའི་སྐྱང་ངོར་འཆར་བའི་ཆ་ནས་རྟོན་སྒྲིབ་དང་། ཡུལ་རང་ངོས་ནས་མ་གྲུབ་པའི་ཆ་ནས་སྒྲིབ་མཚན་ཞེས་ཟེར། དེ་ཡང་རྟོན་སྒྲིབ་ཞེས་པ་མཚན་གཞི་དང་། སྒྲིབ་མཚན་ཞེས་པ་མཚན་ཉིད་དང་འདྲ་པོ་ཡོད་པ་རེད།

【གཞན་སེལ་】 རང་མཚན་གྱི་དངོས་པོ་གང་ཞིག །དེའི་རྣམ་པ་སྒྲོར་འཆར་བ་དང་། དེ་དངོས་པོ་གང་ཡིན་ངོས་འཛིན་པ་དེ་ལ་ཟེར། དཔེར་ན། བུམ་པ་ལ་བུམ་པ་ཡིན་པ་འཛིན་པའི་སྒྲོ་སྒྲེས་བའི་ཆོ། གཞན་ཅིག་ཅི་དང་། རྩི་རྩེ་དང་། འྲིལ་བུ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་པ་སེལ་ནས། བུམ་པ་ཡིན་པར་འཛིན་པས་ན་གཞན་སེལ་ཟེར། ཚད་མ་སྤྲ་རབས་པས་གཞན་སེལ་ལ་སྒྲོ་ཡི་གཞན་སེལ་དང་། རྟོན་གྱི་གཞན་སེལ་གཉིས་ཡོད་པར་བཞེད། ས་པར་གྱིས་གཞན་སེལ་སྒྲོ་ཡི་ཆོས་ཡིན་པ་ལས་རྟོན་ལ་གཞན་སེལ་ཡོད་པ་བཀག །

【སེལ་བ་】 གཞན་སེལ་དང་རྟོན་གཅིག་ཡིན། འདིའི་འགྲེལ་བཤད་རྟུ། ཡུལ་ཅན་སྒྲིབ་དང་། གང་ཟག་རྟོག་པ་གསུམ་གྱི་རང་ཡུལ་ལ་འཇུག་པའི་ཆོ་རང་ཡུལ་དེ་མིན་པའི་ཆོས་མཐའ་དག་བསལ་ནས། རང་ཡུལ་ཁོ་ནར་འཇུག་པའི་སྒྲོ་ངོར་འཛིན་སྐྱངས་ཤིག་ཡིན་ཟེར།

【སེལ་འཇུག་】 སེལ་འཇུག་དང་། སེལ་བ། གཞན་སེལ་རྣམ་འགྲེལ་སྐྱངས་མི་འདྲ་བ་ཅམ་ལས་རྟོན་རྟུ་གཅིག་ཡིན། བུམ་འཛིན་རྟོག་པས་བུམ་པ་བཟུང་བ་ན། བུམ་པ་མི་རྟག་པ་དང་ཤེས་བྱ་ཡིན་པ་རྣམས་བསལ་ནས། བུམ་པ་ཡིན་པའི་ཆ་ཁོ་ན་འཛིན་པ་ལ་ཟེར།

【ཡུལ་ལ་དབྱེ་ན་】 སྐྱང་ཡུལ། གཟུང་ཡུལ། ཞེན་ཡུལ། འཇུག་ཡུལ་དང་བཞི། སྐྱང་ཡུལ་ཤེས་པ་ཀུན་ལ་ཡོད། །གཟུང་ཡུལ་རྟོན་རིག་མཛོན་སུམ་དབང་། །ཞེན་

ཡུལ་རྟོག་པའི་སྒྲིམ་ཆོས་ཡིན། །འཇུག་ཡུལ་དོན་མཐུན་ཀྱན་ལ་ཡོད།

【སྤང་ཡུལ།】 སྤང་ཡུལ་ཤེས་པ་ཀྱན་ལ་ཡོད། ཅེས་པ། སློ་ངོར་སྤང་བའི་སྒྲིམ་རིག་པར་བྱ་བ། དཔེར་ན། སློ་ངོར་སྤང་བའི་བུམ་པའི་དོན་གྱི་ལྟ་བུ། ཡུལ་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་ལ། ཡུལ་གྱི་རྣམ་པ་ཅུམ་འཆར་བའི་ཆོས་གཞན་གྱིས་གཤམ་མེད་པར་སྤང་བའི་ཡུལ་དེ་ལ་ཟེར།

【གཟུང་ཡུལ།】 གཟུང་ཡུལ་དོན་རིག་མངོན་སུམ་དབང་། ཞེས་པ། འཛིན་བྱེད་གྱིས་སྒྲིམ་གཟུང་བར་བྱ་བའི་ཡུལ་རང་མཆན་པ། དཔེར་ན། མཐུན་གྱི་སྒྲིག་ལྷན་རང་མཆན་པ་ལྟ་བུའོ། །གཟུང་ཡུལ་རང་མཆན། དོན་རིག་མངོན་སུམ་མཁུ་སྒྲིལ་ཤིང་ཤེས་པ་ཡང་དག་པ་དང་དེའི་རྗེས་འབྲངས་ཡིད་ཤེས་མ་འབྲུལ་བ་གཉིས་གྱིས་གཟུང་བ་བྱ་བའི་ཡུལ་རང་མཆན་པ་དེ་ལ་ཟེར།

【ཞེན་ཡུལ།】 ཞེན་ཡུལ་རྟོག་པའི་སྒྲིམ་ཆོས་ཡིན། ཞེས་པ། སློ་ཞེན་པའི་སྒྲིམ་རིག་པར་བྱ་བ་སྟེ། རྟོག་པའི་འཛིན་སྤངས་གྱི་ཡུལ་དེ་ལ་རྟོག་པ་དེས་ཞེན་ནས་ནན་གྱིས་འཛིན་པ། དཔེར་ན། རྗེས་དཔག་ཆད་མའི་ཡུལ་ལྟ་བུའོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་ན་བདེ་བ་ཡོད་པ་ཞེན་ནས་འཛིན་པ་དང་། སྤྱ་གུས་རང་གི་ཡ་མ་དེ་མཛེས་ཤོས་ཡིན་པ་ཞེན་ནས་འཛིན་པའི་སློ་ལྟ་བུ་དང་། མངོན་ཞེན་ཅན་གྱིས་སྒྲིམ་འདི་དང་འདྲོམ་སྒྲུལ་པའི་སྒྲིམ་ཆོས་འཛིན་པར་བྱ་བའི་ཡུལ། དཔེར་ན། འདི་མཛེས་པའོ། འདི་མི་མཛེས་པའོ་ལྟ་བུར་འཛིན་པའི་སློ།

【འཇུག་ཡུལ།】 འཇུག་ཡུལ་དོན་མཐུན་ཀྱན་ལ་ཡོད། ཅེས་པ། སློ་རང་རང་གིས་རིག་པའམ་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་ཡུལ་གྱི་གཙོ་བོ་སྟེ། དཔེར་ན་མིག་ཤེས་གྱི་འཇུག་ཡུལ་གཟུགས་ཡིན་པ། རྩ་ཤེས་འཇུག་ཡུལ་སྒྲིམ་པ་ལྟ་བུའོ། །ཆད་མ་སྤྱི་རབས་པའི་ལུགས་ལ། སྤང་ཡུལ། ཞེན་ཡུལ། འཛིན་སྤངས་གྱི་ཡུལ། འཇུག་ཡུལ། དངོས་ཡུལ། དམིགས་ཡུལ་སོགས་གྱི་དབྱེ་སྒྲིལ་ཡོད་པ་མ་ཟད། སྤང་ཡུལ་དང་གཟུང་ཡུལ་དོན་གཅིག་པར་འདྲོད་པ་ལ། ཆད་མ་སྤྱི་རབས་པ་རྣམས་གྱིས་ལུང་རིགས་ཏུ་མའི་སྒྲིམ་དགག་ཡོད་པ་རེད།

【དོན་རིག་】 དོན་རང་མཆན་འཛིན་པའི་སློ་འམ་རྟོག་མེད་ཤེས་པ་དང་དོན་

གཅིག་ཡིན།

【ནམ་རིག】 འོན་གྱི་ནམ་པ་འཛིན་པའི་སྒྲོ་སྟེ་རྟོག་བཅས་ཤེས་པ་དང་དོན་གཅིག་པར་སེམས།

【གཟུང་ནམ】 ལ་ཕྱིར་ཕྱོགས་ཏེ་གཟུང་བ་ཡུལ་གྱི་ནམ་པར་སྒྲེ་བ་སྟེ། མིག་ཤེས་སོགས་གཞན་རིག་གི་ཤེས་པ་ནམས་སོ། །ཤེས་པ་ལ་ཡུལ་གྱི་ནམ་པ་སྒྲེ་བའི་ཆ་ནས་གཟུང་ནམ་ཞེས་ཟེར། དཔེར་ན། མིག་ཤེས་ལ་གཟུགས་གྱི་ནམ་པ་སྒྲེ་བའི་ཆ་ནས་མིག་གི་གཟུང་ནམ་ཞེས་ཟེར།

【འཛིན་ནམ】 ལ་ནང་དུ་ཁོ་ན་ཕྱོགས་ནས་འཛིན་པའི་ནམ་པ་སྟེ། ཡུལ་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་རང་གི་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར་པ། མིག་ཤེས་ཉམས་སྒྱུར་གི་རང་རིག་ལྟ་བུའོ། །

【ལྟ་ཞིག་དམིགས་ངེས】 ཡུལ་ཤེས་དུས་གཅིག་དུ་འཛིན་པའི་སྒྲོ་རང་རིག་ཉམས་སྒྱུ་སྒྱུར་བའི་ཤེས་པའི་དོན།

【ལྟ་མིན་འདུ་བྱེད】 གཟུགས་ཤེས་གང་རུང་མ་ཡིན་པའི་འདུ་བྱས་དེ་ལྟ་མིན་འདུ་བྱེད་གྱི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་ནི། ལོ་དང་། ཟླ་བ། དུས་ཚོད། སྐྱམ་པ། སྒྲིག་མིང་ལ་སོགས་གཟུགས་ཤེས་མ་ཡིན་པའི་འདུས་བྱས་ནམས་སོ། །

【ཀླབ་བདེ་རྣམ་གཅིག】 སྒྲེ་བ་དུས་མཉམ། གནས་པ་དུས་མཉམ། འཛིག་པ་དུས་མཉམ་པའི་དངོས་པོ་ལ་ཟེར། ཀླབ་བདེ་གཅིག་ཡིན་ན་ཀླབ་བདེ་རྣམ་གཅིག་ཡིན་པས་མ་ཁྲབ།

【མཚན་མཚོན་གཞི་གསུམ】 མཚན་ཉིད་དང་། མཚོན་བྱ། མཚན་གཞི་གསུམ་ལ་ཟེར། དེ་ཡང་《རིགས་གཏེར་》ལས། ཤེས་བྱ་ཀྱན་ལ་ཚོས་གསུམ་གྱིས། ཀླབ་ཕྱིར་དེ་ཡི་ནམ་གཞག་བཤད། མཚན་ཉིད་གོ་བྱེད་དོན་གྱི་ཚོས། མཚོན་བྱ་གོ་བྱ་སྒྲོ་ཡི་ཚོས། མཚན་གཞི་གོ་བྱ་རྟེན་གྱི་ཚོས། །དེ་དག་ནམ་པ་གཞག་འཛིག་ཡིན།

【མཚན་ཉིད】 མཚོན་བྱའི་དངོས་པོ་གང་ཞིག །དེ་ཉིད་དངོས་པོ་གཞན་དང་མ་འདྲིས་པར་སོ་སོར་ཐ་དད་དུ་འབྱེད་བྱེད་གྱི་ཁྱད་ཚོས་གང་དེ་ལ་ཟེར། དོན་དུ་དངོས་པོ་སོ་སོའི་ཐུན་མིན་གྱི་ཁྱད་ཚོས་ལ་ཟེར། དཔེར་ན། ལྟ་མིན་ཞབས་ཞུམ་ཐུ་སྒྲུར་གྱི་དོན་བྱེད་ཅུས་པ་དེ་བུམ་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པ་ལྟ་བུ།

【མཚན་བྱ】 དངོས་པོ་གང་ཞིག །འདི་ནི་འདིའོ་ཞེས་དངོས་པོ་ཐ་དད་པ་རྩ་མ་
ཡོད་པའི་ནང་ནས་གཞན་དང་མ་འདྲེས་པ། སྒོ་དོར་འཛིན་པའི་ཚས་དེ་ལ་ཟེར།
དཔེར་ན། འདི་ནི་སྟོད་ཐུང་ཞིག་རེད། འདི་ནི་དོར་མང་ཞིག་རེད། ཅས་སྒོ་དོར་
སྟངས་པའི་སྟོད་ཐུང་དང་དོར་མང་ནམས་ལ་ཟེར།

【མཚན་གཞི】 ཡུལ་རང་དོས་ན་གནས་པའི་དངོས་པོ་རང་མཚན་པ་དེ་ལ་ཟེར།
དཔེར་ན། མཁུན་གྱི་ཅག་ཅོད་དང་དཔེ་ཆ་རང་མཚན་པ་ལྟ་བུ།

【གདགས་གཞི】 མིང་འདོགས་སའི་གཞི་སྟེ། ཤོག་བུའི་དོས་སུ་ཡི་གེ་བྲིས་པ་
མང་པོ་ལྟན་ཞིག་རྩ་བ་སྟུན་པའི་སྒྲིགས་བཅ་དེ་དཔེ་ཆ་ཞེས་པའི་མིང་གི་གདགས་
གཞི་ཡིན། དེ་བཞིན་རྩ་རང་རང་སྒྲིམ་ཁན་གྱི་གང་ཟག་དེ་ཨ་མ་ཞེས་པའི་མིང་
གི་གདགས་གཞི་དང་། མཐོ་རིམ་མི་སྣ་ཁག་གཅིག་གིས་བསམ་སྒྲོ་སྒྲིགས་བསྟུན་
བྱས་པའི་ཚོགས་པ་དེའི་ཁེ་ཕན་གྱི་ཆེད་རྩ། རང་སྟེ་དབང་བསྐྱར་བྱ་བ་དང་།
གཞན་སྟེ་དང་འབྲེལ་བ་བྱ་ཆུལ་གྱི་ཐབས་ལམ་བཀོད་པ་དེ། ཆབ་སྲིད་ཅས་པའི་
མིང་གི་གདགས་གཞི་ཡིན། སྤར་རང་གིས་མ་ཤེས་པའི་ཤེས་བྱ་ཁག་ལ་སྒྲོ་བས་
འཇུག་པའི་བྱ་བ་དེ། སྒྲོབ་སྒྲོང་ཞེས་པའི་མིང་གི་གདགས་གཞི་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་
ནམས་སོ། །

【རྣམ་ཡོད་ཚོས་གསུམ་ཆང་བ】 རྣམ་ཡོད་ཚོས་གསུམ་ནི། སྤྱི་མཚན་ཉིད་ཡིན་
པ། རང་གི་མཚན་གཞིའི་སྟེང་རྩ་བྱ་བ་པ། རང་གི་མཚན་བྱ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལས་
གཞན་པ་ཞིག་གི་མཚན་ཉིད་མ་ཡིན་པ་དང་གསུམ་པོ་དེ་ཡིན། མཚན་གཞི་ནི།
སྟེ་སྤྱིར་ཞབས་ཞུམ་ཆུ་སྒྲུབ་གྱི་དོན་བྱེད་ཅུས་པ་དང་། སྤྱི་ཤེས་དོན་གོ་ལྟ་བུ་
ནམས་ཡིན།

【རྟགས་ཡོད་ཚོས་གསུམ་ཆང་བ】 སྤྱིར་མཚན་བྱ་ཡིན་པ། རང་གི་མཚན་གཞིའི་
སྟེང་རྩ་བྱ་བ་པ། རང་གི་མཚན་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་ལས་གཞན་པ་ཞིག་གི་མཚན་
བྱ་མ་ཡིན་པ་དང་གསུམ་པོ་དེ་ཡིན། མཚན་གཞི་ནི། བུམ་པའི་དོན་སྤྱི་དག་སྤྱི་
པའི་གང་ཟག་ལྟ་བུ། །

བསྐྱར་སྦྱོང་གི་ཁ་བྱང་།

- ༡ ནང་པའི་ཚད་མ་རིག་པའི་གཞུང་ལ་ཤོས་གང་ཡིན།
- ༢ ཚད་མའི་མདོ་ཀུན་ལས་བདུས་པའི་རྩོམ་པ་པོ་སུ་ཡིན།
- ༣ ཚད་མ་ཀུན་བདུས་དང་ཚད་མ་སྡེ་བདུན་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་གང་ཡིན།
- ༤ རྩོགས་སྒྲུང་གིས་མཛད་པའི་ཚད་མ་ཀུན་བདུས་ཀྱི་འགྲེལ་པ་རྒྱས་འབྲིང་བསྟུས་གསུམ་གང་།
- ༥ ལྷ་ཤག་དུལ་རྒྱན་ཞེས་པའི་མཁས་པ་བཞིའི་མིང་ཆ་ཚད་གང་དང་། དེ་དག་གིས་བྲིས་པའི་ཚད་མའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་མིང་གང་གིས།
- ༦ རྒྱལ་ཅན་ལ་མ་ཉི་སྟེན་རྒྱན་རྒྱུ་འབྲངས། ཞེས་པའི་དོན་གང་ཡིན་གིས།
- ༧ རྒྱལ་རྩ་གསུམ་པ་ཞེས་པའི་མཚན་དངོས་གང་ཡིན།
- ༨ སློབ་དཔོན་ཞི་བ་འཆོ་དང་། ཀླ་མ་ཤི་ལ། ཅན་གྱི་སྡེ་སྟེན་གསུམ་གྱིས་མཛད་པའི་ཚད་མའི་བསྟན་བཅོས་མི་མའི་མིང་གིས།
- ༩ བསྟན་པ་ལྟ་དར་གྱི་སྐབས་སུ་ཚད་མའི་གཞུང་གང་དང་གང་བོད་སྐད་དུ་བསྐྱར་ཡོད།
- ༡༠ ཚད་མ་རྒྱུང་མ་དང་གསར་མ་ཞེས་པའི་དབྱེ་གཞིའི་གཞུང་གང་ཡིན།
- ༡༡ ཚད་མ་རིགས་གཏེར་གྱི་བཤད་རྒྱན་འཛིན་པའི་ཤར་རྒྱལ་གྲང་གསུམ་ཞེས་གང་གང་ཡིན།
- ༡༢ ཁང་གཉན་ཁང་གསུམ་རྩུ་ཁང་པ་དང་བཞིའི་མཚན་དངོས་གང་གིས།
- ༡༣ ཀམ་པ་ཆོས་གཤམ་རྒྱ་མཆོས་མཛད་པའི་ཚད་མའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་མཚན་གང་ཡིན།
- ༡༤ ཚད་མའི་གཞུང་འདི་ཕྱི་ནང་གང་གི་བསྟན་བཅོས་ཡིན་པ་བཞིད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་གང་ཡོད་གིས།
- ༡༥ བཛོད་བྱ་གཏན་ལ་ཕབ་པའི་སྡོན་པ་དབུ་མའི་གཞུང་ཡིན་ཚུལ་ལ་བཞིད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་གསུམ་ཡོད་པ་གང་དང་གང་ཡིན།
- ༡༦ ཀུན་མཁྱེན་གོ་རམས་པས་བོད་ཀྱི་ཚད་མའི་འགྲེལ་ཚུལ་གསུམ་ཞེས་པ་གང་ཡིན།
- ༡༧ ཚད་མའི་རྒྱན་སྦྱོང་གྱི་མ་སྟོད་འདི་དག་བྱང་ཆུབ་པར་བྱ་དགོས།

སྒྲིབ་ཆེན་གཉིས་ལ།

ཚུལ་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་བཤད་ལ།

ཆོད་མའི་ཚྭ་ལ་བསྐྱབ་བྱ་གང་དེའི་ལྟ་བ་ཡང་དག་ཡིན་མིན་རྟགས་སམ་
 རྒྱ་མཆོན་ཡང་དག་ཡོད་མེད་ལ་རག་ལས་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། འོ་ན་རྟགས་དེ་ཡང་
 དག་ཡིན་མིན་རྟོག་རྟུག་རྟགས་ཞེ་ན། ཚུལ་གསུམ་ཆོད་བ་རྟགས་ཡང་དག་གི་
 མཆོན་ཉིད། ཅེས་བསྐྱབ་བྱའི་རྟགས་དེ་ལ་ཚུལ་གསུམ་ཆོད་ཡོད་མེད་བརྟགས་
 དགོས། ཚུལ་གསུམ་ཞེས་པ་གང་ལ་ཟེར་ཞེ་ན། སྒྲིགས་ཆོས་དང་། རྗེས་བྲལ།
 རྟོག་བྲལ་གསུམ་ཞེས་དང་། ཡང་། ཆོད་མ་རིགས་གཏེར་སྟགས་ལས། སྒྲིགས་
 ཆོས། རྗེས་འགོ། རྟོག་བྲལ་གསུམ་ཞེས་ཟེར། དེ་ལྟར་ཚུལ་གསུམ་པོ་དེ་གྲུབ་མིན་
 བརྟགས་པ་ལ། རྒྱབ་དག་ཡང་དག་གི་དཔེར་བཞིན་ཆ་ཆོད་ཞིག་བརྟག་གཞིར་
 བབྱང་ནས་བརྟག་དགོས། རྒྱ་མཆོན་ཡང་དག་པའི་སྒྲིབ་ནས་བསྐྱབ་བྱ་ཡང་དག་
 ཡིན་པར་ངོ་སྤྲོད་བྱ་བ་ལ་ཐོག་མར་ཚྭ་གཞི་ཆོས་ཅན་དང་། ཤེས་འདོད་ཆོས་
 ཅན། བསྐྱབ་བྱ། བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས། རྒྱབ་བྱེད། མཐུན་དཔེ། མི་མཐུན་དཔེ་
 རྣམས་གང་ཡིན་པར་ངེས་དགོས། དཔེར་བཞིན་དང་རྒྱུར་ནས་བཤད་ན། རྒྱ་
 ཆོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། བྱས་པའི་བྱིར། དཔེར་ན། བྱམ་པ་བཞིན་ནོ། ཞེས་
 པའི་ཚྭ་གཞི་ཆོས་ཅན་གང་ཞེ་ན། རྒྱ་ཆོས་ཅན། ཞེས་ཟེར་དགོས། རྟགས་
 འདིར་ཆོས་ཅན་ཞེས་པའི་ཅན་ནི་བདག་སྒྲ་དང་ཆ་འདྲ་བ་ཡིན་ལ། ཆོས་གང་དེ་
 ཡོད་པའི་གཞིའམ་ཆོས་བརྟག་དགོས། དཔེར་ན། བྱས་རྟགས་ཀྱིས་རྒྱ་མི་རྟག་
 པ་བསྐྱབ་པའི་རྟགས་ལ། རྟགས་བྱས་པ་དེ་ཉིད་ཚྭ་གཞི་སྒྲའི་སྟེང་རྩ་བྱུང་ཡོད་
 མེད་བརྟག་དགོས། བྱས་པ་དེ་སྒྲའི་སྟེང་རྩ་ཡོད་ན་ཚུལ་དང་པོ་སྒྲིགས་ཆོས་ཆོད་
 ཡོད་པ་ཞིག་རེད། འོ་ན་ཀྱང་ཚུལ་དང་པོ་སྒྲིགས་ཆོས་དེ་ཆོད་བ་ཅམ་གྱིས་བྱས་
 པ་དེ་སྒྲ་མི་རྟག་པ་བསྐྱབ་པའི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་མི་རུང་སྟེ།
 ད་རུང་རྗེས་བྲལ་དང་། རྟོག་བྲལ་གྲུབ་མིན་བརྟག་དགོས་ཏེ། ཚུལ་གསུམ་ཆོད་

བ་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་ཅེས་གསུངས་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

ས་བཅད་དང་ཕོ། སྒྲིབ་ས་ཚོས་བཤད་པ།

འདི་ལ་སྒྲིབ་ས་ཚོས་ཞེས་པའི་དོན་གང་ཞེ་ན། 《རིགས་གཏེར་》 ལས།

སྒྲིབ་ས་ནི་ཚོས་དང་ཚོས་ཅན་གྱི།

ཚོགས་པ་བརྗོད་ལ་དངོས་མིང་ཡིན། །

དེ་ཡི་སྒྲིབ་ས་རེས་ཟིན་པའི་ཕྱིར། །

ཡ་གྲུལ་གཉིས་ལ་བཏགས་ནས་འཇུག །

ཅེས་གསུངས་པའི་དོན་ནི། རྟོག་གའི་གཞུང་རྣམས་ལས་སྒྲིབ་ས་དང་། བརྒྱབ་
བྱ་དང་། རྗེས་སུ་དཔག་བྱ་ཞེས་པ་རྣམས་དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན་
ཞེས་གསུངས། སྐབས་འདིར་སྒྲིབ་ས་གྱི་སྒྲ་འཇུག་ཡུལ་གསུམ་སྟེ། ཤེས་འདོད་ཚོས་
ཅན་དང་། བརྒྱབ་བྱའི་ཚོས་གཉིས་སྟན་གཅིག་ཏུ་ཚོགས་པའི་ཚོགས་དོན་དེ་ནི་
སྒྲིབ་ས་ཞེས་པའི་མིང་དངོས་འཇུག་ཡུལ་ཡིན་པས་དེ་ལ་དངོས་མིང་དང་། ཚོགས་
དོན་དེའི་ཡ་གྲུལ་ཤེས་འདོད་ཚོས་ཅན་དང་། བརྒྱབ་བྱའི་ཚོས་གཉིས་ལ་སྒྲིབ་ས་
སྒྲ་བཏགས་མིང་ཏུ་འཇུག་པ་ཡིན་ནོ། འོ་ན་སྒྲིབ་ས་ཚོས་ཞེས་བརྗོད་པ་ན་ཚོས་
ཅན་གྱི་ཚོས་དང་། བྱད་ཚོས་གྱི་ཚོས། ཚོགས་དོན་གྱི་ཚོས་གང་ཡིན་མི་གསལ་བ་
ལན་ཚུན་ནོར་བ་མི་སྲིད་དམ་ཞེ་ན། དེ་ལ་སྒྲིན་མེད་དེ། སྒྲ་ཐམས་ཅད་སྐབས་
ཐོབ་གྱིས་གོ་བའི་ཕྱིར། དཔེར་ན། ཉི་མ་དང་། ལྷ་བ་ཞེས་པ་སྒྱིར་རྒྱ་སྐར་གྱི་
མིང་ཡིན་ཀྱང་། སྐབས་ཐོབ་གྱི་བརྗོད་བྱ་དང་བརྒྱན་ནས་གང་ཟག་མཚོན་པའི་
མིང་ཡིན་པ་མི་འབྲུལ་པ་བཞིན་ནོ། །དངོས་མིང་དང་བཏགས་མིང་གཉིས་ལ་
བྱད་པར་གང་ཞེ་ན། ཚད་མ་ 《རིགས་གཏེར་》 ལས།

བརྗོད་པར་འདོད་པས་སྒྲིན་སྒྱར་བ། །

དེ་ཉིད་གོ་བ་དངོས་མིང་ཡིན། །

དེ་བརྟེན་རྒྱ་མཚན་འགའ་ལས་གཞན། །

རྟོགས་པ་བཏགས་པའི་མིང་ཏུ་འདོད། །

ཞེས་པའི་དོན་ནི། དོན་ལ་ངོ་བོ་ཉིད་ནས་གྲུབ་པའི་མིང་གང་ཡང་མེད་མོད་

གྱི། འོན་ཀྱང་དངོས་པོ་རྣམས་ལ་དགོས་པ་དང་རྒྱ་མཚན་གཞན་ལ་མ་ལྟོས་པ་
 ཐོག་མར་ཉིད་ཏུ་འདོད་རྒྱལ་ཏུ་སྐྱར་བའི་མིང་ལ་དངོས་མིང་ཞེས་ཟེར། དཔེར་
 བ། ཉི་མ་དང་ཟླ་བ། ཤར་ལྗོངས་བྱང་ལོ་སོའི་མིང་ལྟ་བུའོ། །དོན་དངོས་གང་
 ཞིག་ལ་དགོས་པ་དང་། རྒྱ་མཚན་ལ་ལྟོས་ནས་མིང་གསར་ཏུ་འདོགས་པ་ལ་
 བཏགས་མིང་ཞེས་ཟེར། དཔེར་བ། གང་ཟག་གི་མིང་ལ་ཉི་མ་དང་ཟླ་བ་
 བཏགས་པ་ལྟ་བུ། གཞན་ཡང་ནོག་སྒོག་ཤལ་ཅན་ལ་བ་ལང་ཏུ་བཏགས་པ་
 དངོས་མིང་དང་། མི་སྒྲན་པོ་ལ་བ་ལང་ཞེས་འབོད་པ་བཏགས་མིང་ཏུ་འགྱུར་བ་
 བཞིན་ནོ། འོན་སྐབས་འདིར་དངོས་མིང་དང་བཏགས་མིང་གི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན།
 《རིགས་གཏིར་》ལས།

ཆོགས་དོན་ལ་ནི་སྟོགས་གྱི་སྒྲ། །

མཁས་པ་རྣམས་ལ་གདོད་ནས་བྱུབ། །

ཞེས་པའི་དོན་ནི། ཚེད་གཞི་ཆོས་ཅན་དང་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་གཉིས་ཆོགས་པའི་
 ཆོགས་དོན་ལ་སྟོགས་གྱི་སྒྲ་འདུག་པ་ནི། རྒྱ་གར་ཏུ་ཐུ་སྟེགས་པ་ཚུན་ཆད་གྱི་
 མཁས་པ་རྣམས་ལ་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་དངོས་མིང་སྟེ། འདོད་རྒྱལ་ཐོག་མའི་
 མིང་ཞིག་ཡིན། ཡ་གྲུལ་གཉིས་ལ་བཏགས་མིང་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། 《རིགས་
 གཏིར་》ལས།

བཏགས་པ་ལ་ནི་འདྲ་བ་དང་། །

འབྲེལ་པའི་རྒྱ་མཚན་གཞན་ལ་ལྟོས། །

ཞེས་པའི་དོན་ནི། འདྲ་བ་རྒྱ་མཚན་ཏུ་བྱས་ནས་བཏགས་པ་དབང་པོ་ལག་པ་
 དང་། ལུ་གུ་མེ་རྟོག་ལྟ་བུ། འབྲེལ་པ་རྒྱ་མཚན་ཏུ་བྱས་ནས་བཏགས་པ་ལ་རྒྱ་
 འབྲས་གྱི་འབྲེལ་པ་རིགས་གཉིས་ཏེ། རྒྱ་མིང་འབྲས་བུ་ལ་བཏགས་པ་ཉི་མའི་འོད་
 ཟེར་ལ་ཉི་མ་དང་། ར་ཁུ་འཐུང་བ་ལ་ར་འཐུང་ཟེར་བ་ལྟ་བུ། འབྲས་མིང་རྒྱ་ལ་
 བཏགས་པ་ཡོས་འཐགས་པ་ལ་རྩམ་པ་བཏགས་ཟེར་བ་ལྟ་བུ། རྩམ་པ་འཐགས་
 ཞེས་པ་དེ་ཆོས་ཅན། བྱོད་འབྲས་བུའི་མིང་རྒྱ་ལ་བཏགས་པ་ཡིན་ཏེ། རྩམ་པ་དེ་
 འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་ཡོས་འཐགས་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྩམ་

པ་དེ་ཡོས་འཐགས་པའི་འབྲས་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན། སྒྲུབ་འཐགས་མི་དགོས་པའི་
ཕྱིར་རོ། ཚེགས་པའི་འབྲེལ་པ་དེ་ཡང་སྒྱིར་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་ཡིན་ཡང་།
རིགས་གཉིས་ལས་དཔེར་བཅོལ་པ་ལྟར་ན། རས་ཡུག་གི་སྒྱགས་གཅིག་མེས་ཚིག་
པ་ལ་རས་ཡུག་ཚིག་ཅེས་བཅོལ་པ། ཚེགས་པའི་མིང་ཡ་གྲུལ་ལ་བཏགས་པ་ལྟ་བུ་
དང་། ར་སྒྲ་ཞེས་པ་ཡ་གྲུལ་གྱི་སྒྲ་ཚེགས་པ་ལ་བཏགས་པ་ལྟ་བུ་ལོ། དེའང་ར་སྒྲ་
ནི་ར་དང་། ར་དབྱགས། མིའི་ཚོལ་བ་བཅས་ཚེགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་བ་
ཞིག་ཡིན་ཀྱང་དེའི་ཡ་གྲུལ་ར་ཁོ་ན་བཅོལ་པ་ལྟ་བུ་རེད། དེ་ལྟར་ཚོས་དང་ཚོས་
ཅན་རྣམས་ལ་བསྐྱབ་བྱ་དང་། སྒྱགས་ཚོས་ཞེས་མིང་བཏགས་པའི་དགོས་པ་གང་
ཞེ་ན། 《རིགས་གཉིས་》ལས།

ཚོས་ལ་བསྐྱབ་བྱར་མིང་བཏགས་པ། །

འགལ་བའི་གཏན་ཚེགས་ཡང་དག་ཏུ། །

ལོག་པར་རྟོག་པ་སྤང་ཕྱིར་རམ། །

ཕྱེབ་སྒྱུར་ངོར་བྱས་བཏགས་པ་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། འདིར་གཏན་ཚེགས་ཚོས་ཀྱི་རྗེས་འགོ་བ། ཞེས་བཅོལ་
ན་འགལ་བའི་ཚོས་ལའང་རྗེས་འགོ་ཡོད་དམ་སྟུང་པའི་ལོག་རྟོག་སྒྲེ་སྤྱད་པས་དེ་
སྤང་བའི་ཕྱིར་དུ། རྣམ་འགྲེལ་ཙུ་བ་ལས། གཏན་ཚེགས་བསྐྱབ་བྱའི་རྗེས་འགོ་བ།
ཞེས་གསུངས་ཡོད་པ་རེད། ཚོས་ཞེས་པ་སྒྱི་མིང་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན་འདིར་སྐབས་
ཐོབ་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་བྱེ་བྲག་པ་ལ། མི་གོ་བའི་ལོག་རྟོག་སྒྲེ་སྤྱད་པས་སོ། །
གཞུང་འགྲེལ་འགའ་ཞིག་ཏུ། གཏན་ཚེགས་ཚོས་ཀྱི་རྗེས་འགོ་བ། ཞེས་བཅོལ་ན་
ཚིག་གི་ཕྱེབ་སྒྱུར་མི་ལེགས་པས་ན། བསྐྱབ་བྱ་ཞེས་བཅོལ་པ་ཡིན་ཞེས་གསུངས།
འོ་ན་ཚོད་གཞི་ཚོས་ཅན་ལ་སྒྱགས་སྒྲ་འཇུག་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཞེ་ན། 《རིགས་
གཉིས་》ལས།

ཚོས་ཅན་བཅོལ་ན་འབྲུལ་གཞི་ཡོད། །

མཐའ་རྣམས་བཀག་ན་ཡུན་རིང་འགོར། །

དངོས་མིང་བཅོལ་ན་ཕྱེབ་སྒྱུར་ཉམས། །

བདེ་སྒྲག་རྟོགས་ཕྱིར་སྒྲུགས་ཞེས་གསུངས། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། འདི་ལ་ཚོས་ཅན་གྱི་ཚོས་ཞེས་བརྗོད་ན་ཚུལ་དང་པོ་
 ཚྱོད་གཞི་ཚོས་ཅན་ཁོ་ན་ལ་མི་གོ་བ། མཐུན་དཔེ་ཚོས་ཅན་དང་། མི་མཐུན་དཔེ་
 ཚོས་ཅན་ལའང་གོ་བའི་ལྷག་རྟོག་སྒྲུ་སྒྲིད་པ་དང་། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པ་མཐུན་དཔེ་
 ཚོས་ཅན་དང་། མི་མཐུན་དཔེ་ཚོས་ཅན་གཉིས་ལ་གོ་བའི་མཐའ་བཀག་ནས་རྒྱ་
 མཚན་གསལ་པོར་བཤད་ན་རྒྱས་ཡུན་རིང་རྒྱ་འགོར་བས་དེ་ལྟར་དགོས་པ་མེད་
 པ་དང་། ཤེས་འདོད་ཚོས་ཅན་གྱི་ཚོས་ཞེས་དངོས་མིང་བརྗོད་ན་གོ་བདེ་མོད།
 ཚོགས་བཅད་གྱི་སྒྲེབ་སྒྲུར་ཉམས་ཏེ། བརྗོད་མི་བདེ་བས་ལྷག་རྟོག་མེད་ཅིང་
 བརྗོད་བདེ་བའི་ཕྱིར་རུ། ཚྱོད་གཞི་ཚོས་ཅན་ལ་སྒྲུགས་ཚོས་ཞེས་པ་གོ་བདེ་བའི་
 མིང་རྒྱ་བཏགས་སོ། གཞན་ཁ་ཅིག་ན་རེ། དེ་ལྟར་བརྗོད་བདེ་ཡང་ལྷག་རྟོག་
 བསལ་མི་རུས་ཏེ། སྒྲུགས་གྱི་སྒྲུ་ཤེས་འདོད་ཚོས་ཅན་དང་། བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས།
 ཚོགས་དོན་གསུམ་ཀ་ལ་འཇུག་པས་སྒྲུགས་དང་ཚོས་ཅན་གང་བརྗོད་ཀྱང་གཅིག་
 པ་མིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་ལ་སྒྲུན་མེད་དེ། དེ་དག་ཡོངས་གྲགས་ཡིན་མིན་གྱི་སྒྲོ་ནས་
 བྱད་པར་ཡོད་དོ། དཔེར་ན། 《རིགས་གཏེར་》 ལས།

ཚོས་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲུགས་གྱི་སྒྲུ། །

ཚྱོད་གཞི་ཉིད་ཡིན་ལག་ལྷན་བཞིན། །

ཚོས་དང་འབྲེལ་ཡང་ཚོས་ཅན་སྒྲུ། །

ངེས་པར་མི་རུས་མགོ་ལྷན་བཞིན། །

ཞེས་གསུངས་པ། སྒྲུགས་ཞེས་པ་སྒྲི་མིང་ཡིན་ཡང་། ཚོས་ཞེས་པའི་ཚོག་དང་
 འབྲེལ་ན་བྱེ་བྲག་ཚྱོད་གཞི་ཚོས་ཅན་ལ་གོ་རུས་ཏེ། དེ་ཡོངས་གྲགས་ཡིན་པའི་
 ཕྱིར། གནའ་བོའི་རྒྱ་གར་སྐད་རྒྱ། ལག་པ་ཞེས་བརྗོད་ན་མི་དང་། རྟ་ལ་སོགས་
 པའི་སེམས་ཅན་སྒྲིའི་ལག་པ་ལ་གོ་ཡང་། ལག་ལྷན་ཞེས་བརྗོད་ན་སེམས་ཅན་
 གཞན་ལག་པ་དང་ལྷན་ཡང་། དེ་དག་ལ་མི་གོ་བ་བྱེ་བྲག་སྐད་པོ་ཆེ་ལ་འཇུག་པ་
 ཡོངས་གྲགས་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། ཚོས་ཅན་གྱི་སྒྲུ་དེ་དང་མི་མཚུངས་ཏེ། ཚོས་
 ཅན་ཞེས་པ་སྒྲི་སྒྲུ་ཡིན་ཡང་། ཚོས་ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲུ་དང་འབྲེལ་ནས་ཚོས་ཅན་གྱི་

ཆོས་ཞེས་བརྗོད་ཀྱང་ཚད་གཞི་ཆོས་ཅན་ཁོ་ན་ལ་མི་འདུག་པ། མཐུན་དཔེ་དང་
མི་མཐུན་དཔེ་གཉིས་ཀ་ལ་ཆོས་ཅན་གྱི་ཆོས་ཞེས་འདུག་སྟེ། དཔེར་ན། མགོ་
ལྷན་ཞེས་བརྗོད་ན། སེམས་ཅན་སྒྱི་ལ་འདུག་པ་ལས་བྱེ་བྲག་སྒྲིང་པོ་ཆེ་ལྟ་བུ་
གཅིག་ལ་མི་འདུག་པ་ནི། ཐ་སྙད་དེ་ཡོངས་གྲགས་ཡིན་མིན་གྱི་བྱད་པར་ཅམ་
ལས་རྒྱ་མཚན་གཞན་མེད་པ་བཞིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་སྒྱིར་སྒྲུགས་ཆོས་ཞེས་པའི་དོན་རགས་ཅམ་ཞིག་བསྟན་ནས། བྱེ་བྲག་
རྩ་བྱས་རྟགས་ཀྱིས་སྒྲ་མི་རྟག་པ་བསྒྲུབ་པའི་སྒྲུགས་ཆོས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ནི། སྒྲ་
ཆོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། བྱས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་བྱས་རྟགས་ཀྱིས་སྒྲ་མི་རྟག་པ་སྒྲུབ་
པའི་སྒྲུགས་ཆོས་དེ། ཚད་གཞི་ཆོས་ཅན་སྒྲའི་སྟེང་རུ། རྟགས་བྱས་པ་དེ་གྲུབ་ཡོད་
པ་ཞིག་དགོས། དེ་ཡང་སྒྲ་རབས་པའི་རྟགས་རིགས་རྣམས་ཀྱི་ནང་རུ། བྱས་པ་དེ་
ཡོད་པ་ཉིད་རུ་ངེས་པ་ཞེས་བརྗོད་དགོས་ཞེས་ནན་བཤད་བྱེད་སྒོལ་ཡོད་འདུག །
དཔེར་ན། «རྟགས་རིགས་ཀྱི་རྣམ་བཞག་ཆོས་ཀྱན་གསལ་བའི་མེ་ལོང་» ལས།
བྱས་པ་སྒྲའི་སྟེང་རུ་འགོད་ཚུལ་དང་མཐུན་པར་ “ཡོད་པ་ཉིད་རུ་ངེས་པ་” དེ།
བྱས་རྟགས་ཀྱིས་སྒྲ་མི་རྟག་པར་སྒྲུབ་པའི་སྒྲུགས་ཆོས་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད། དེའི་
མཚན་ཉིད་ཀྱི་བྱར་རུ་“ཡོད་པ་”ཞེས་པའི་ཆོག་སྒྲོས་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། མིག་
ཤེས་ཀྱི་གཟུང་བྱ་སྒྲ་མི་རྟག་པར་སྒྲུབ་པའི་སྒྲུགས་ཆོས་ཡིན་པར་བཅད་པའི་ཆེད་
རུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཆོག་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་ཡིན་པར་ཞིགས་པར་འགྱུར་རྟེ། མིག་
ཤེས་ཀྱི་བཟུང་བྱ་སྒྲའི་སྟེང་རུ་མེད་པའི་ཕྱིར་རྟེ། སྒྲ་མིག་ཤེས་ཀྱི་བཟུང་བྱ་མ་ཡིན་
པའི་ཕྱིར། “ཉིད་”ཅེས་པའི་ཆོག་སྒྲོས་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། མཚན་མོ་ལོ་མ་
འཁུམས་རྟེ་ཉལ་བ། ལྷོན་ཤིང་སེམས་ལྷན་རུ་སྒྲུབ་པའི་སྒྲུགས་ཆོས་ཡིན་པ་བཅད་
པའི་ཆེད་རུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཆོག་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་ཡིན་པ་ཞིགས་པར་འགྱུར་
རྟེ། མཚན་མོ་ལོ་མ་འཁུམས་རྟེ་ཉལ་བ་ལྷོན་ཤིང་ལ་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ལ་ཡོད་པ་ཁོ་
ན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྟེ། དེ་མཐའ་དག་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྟེ། ལྷོན་ཤིང་
ཡིན་ན་མཚན་མོ་ལོ་མ་འཁུམས་རྟེ་ཉལ་བས་མ་བྱུང་པའི་ཕྱིར། ཉིད་ཡོད་པའི་
སྒྲར་མ་སྒྲོས་པར་བྱས་སྒྲོས་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། མཉན་བྱ་ཁོ་ན་སྒྲ་མི་རྟག་

པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱོགས་ཚོས་ཡིན་པ་བཅད་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཚིག་དེ་ལ་
 བརྟེན་ནས་དེ་ཡིན་པ་ཞིག་ས་པར་འགྱུར་རྟེ། མཉན་བྱ་སྐྱེ་ལ་ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་
 གྱུར། དེ་ཁོ་ན་སྐྱེ་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྟེ། གཞལ་བྱ་ཡང་སྐྱེ་ལ་ཡོད་པའི་
 ཕྱིར། “ངེས་པ་”ཞེས་པའི་ཚིག་སྒྲིམ་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། སྐྱེ་བྱས་པ་ཡིན་མིན་
 ཐེ་ཚོམ་བྱ་བའི་ཚོལ་བའི་ངོར། བྱས་པ་སྐྱེ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱོགས་ཚོས་ཡིན་
 པ་བཅད་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་དེ་ཙོད་གཞི་
 ཚོས་ཅན་གྱི་སྤྲེང་དུ་བྱུབ་པ་ཅམ་མ་བཟད་མཐའ་གཅིག་དུ་ངེས་དགོས་པའི་གསལ་
 བཤད་ཡོད་འདུག །སྐབས་འདིར་ཉིད་དང་ཁོ་ན་དོན་གཅིག་ ཡོད་པ་ཁོ་ན་
 དང་། ཁོ་ན་ཡོད་པ་གཉིས་དོན་གྱི་བྱད་པར་ཆེ་སྟེ། ཡོད་པ་སྟོན་དང་ཁོ་ན་
 རྗེས་སུ་སྐྱར་ན་མི་ལྟན་རྣམ་གཅོད་ཀྱི་སྤང་ཡིན། དཔེར་ན། འགྲོ་བ་མི་ལ་མིག་
 ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན། ཞེས་པ་མི་ལྟན་རྣམ་གཅོད་དེ། འགྲོ་བ་མི་ལ་མིག་མི་ལྟན་པ་
 རྣམ་པ་བཅད་ནས་མི་ཡིན་ན་མིག་ཡོད་པས་བྱབ་པ་སྟོན་ཁིང་ཡོད་པ་རེད། ཁོ་
 ན་སྟོན་དང་ཡོད་པ་རྗེས་སུ་སྐྱར་ན་གཞན་ལྟན་རྣམ་གཅོད་ཀྱི་སྤང་ཡིན། དཔེར་
 ན། འགྲོ་བ་མི་ལ་མིག་ཁོ་ན་ཡོད་པ་ཡིན། ཞེས་པ་གཞན་ལྟན་རྣམ་གཅོད་དེ།
 འགྲོ་བ་མི་ལ་མིག་ཁོ་ན་ལས། གཞན་པའི་བྱད་ཚོས་གང་ཡང་མེད་པ་སྟོན་ཁིང་
 ཡོད་པ་རེད།

ས་བཅད་གཉིས་པ། རྗེས་འགྲོ་བཤད་པ།

རྗེས་འགྲོ་བཤད་པ། རྗེས་འགྲོའི་མཚན་ཉིད། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

རྟགས་དང་བསྐྱབ་བྱ་འབྲེལ་སྟོབས་ཀྱིས། །

ཡོད་མེད་ངེས་པ་རྗེས་འགྲོ་སྟོག །

ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་ནི། རྟགས་དང་བསྐྱབ་བྱའི་འབྲེལ་བ་ཚད་མས་ངེས་
 ནས། རྟགས་ཀྱི་རྗེས་སུ་བསྐྱབ་བྱ་འགྲོ་བ་རྗེས་འགྲོའི་མཚན་ཉིད། དེའི་དོན་ནི་
 རྟགས་དེ་ཡིན་ན་བསྐྱབ་བྱ་དེ་ཡིན་པས་བྱབ་པ་རྗེས་འགྲོའམ་རྗེས་བྱབ་ཅིས་ཟེར།
 དཔེར་ན། སྐྱེ་ཚོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། བྱས་པའི་ཕྱིར། ལྟ་བུར་རྟགས་ཚོས་བར་གྱི་
 འབྲེལ་བ་བྱབ་ཚུལ་ལ་བརྟག་སྟེ། བྱས་ན་མི་རྟག་པས་བྱབ་པ་ངེས་པར་ཞིག་

དགོས། 《རྟགས་རིགས་གྱི་རྣམ་བཞག་ཚེས་ཀྱི་གསལ་བའི་མེ་ལོང་》ལས། བྱས་
རྟགས་ཀྱིས་སྒྲ་མི་རྟག་པར་སྒྱབ་པའི་མཐུན་སྟེགས་ཁོ་ན་ལ་“ཡོད་པར་ངེས་པ་”དེ།
བྱས་རྟགས་ཀྱིས་སྒྲ་མི་རྟག་པར་སྒྱབ་པའི་རྗེས་ཀྱི་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད། དེའི་
ཟུར་དུ་“ཡོད་པ་”སྟོས་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། བྱས་པ་སྒྲ་རྟག་པར་སྒྱབ་པའི་
རྗེས་ཀྱི་ཡིན་པ་བཅད་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཚིག་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་
ཡིན་པར་ཁེགས་པར་འགྱུར་རྟེ། བྱས་པ་སྒྲ་རྟག་པར་སྒྱབ་པའི་མཐུན་སྟེགས་ལ་
མེད་པའི་ཕྱིར། “ཁོ་ན་”སྟོས་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། གཞལ་བྱ་སྒྲ་མི་རྟག་པར་
སྒྱབ་པའི་རྗེས་ཀྱི་ཡིན་པ་བཅད་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཚིག་དེ་ལ་བརྟེན་
ནས་དེ་ཡིན་པ་ཁེགས་པར་འགྱུར་རྟེ། གཞལ་བྱ་སྒྲ་རྟག་པར་སྒྱབ་པའི་མཐུན་
སྟེགས་ཁོ་ན་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་སྒྱབ་གྱི་མཐུན་སྟེགས་དང་མི་མཐུན་
སྟེགས་གཉིས་ཀ་ལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། “ཁོ་ན་”ཞེས་པའི་ཚིག་ཡོད་པའི་ཟུར་སྟོས་ཤིང་
ཕྱི་མ་སྟོས་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། ཚུལ་བྱང་སྒྲ་མི་རྟག་པར་སྒྱབ་པའི་རྗེས་ཀྱི་
དུ་བཟུན་པའི་དགོས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཚིག་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་ཡིན་པ་གོ་བར་
འགྱུར་རྟེ། ཚུལ་བྱང་མི་རྟག་པར་ཁོ་ན་ལ་ཡོད་ཀྱང་། མི་རྟག་པ་ལ་ཡོད་པ་ཁོ་ན་
མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྟེ། དེ་མཐའ་དག་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྟེ། དེ་ཚུལ་མ་
བྱང་གི་བྱག་རིལ་མེད་པའི་ཕྱིར། “ངེས་པ་”སྟོས་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། དག་སྒྲ་
དག་སྒྲིབ་སྟེས་བྱ་པ་རིལ་པོ་ཀྱང་མཐུན་དུ་སྒྱབ་པའི་རྗེས་ཀྱི་ཡིན་པ་བཅད་པའི་
ཆེད་དུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་སོ། །

ས་བཅད་གསུམ་པ། རྟོག་བྱུང་བཤད་པ།

རྟོག་བྱུང་བཤད་པ། རྟོག་བྱུང་གྱི་མཚན་ཉིད། རྟགས་དང་བསྒྱབ་བྱའི་འབྲེལ་
བ་ཚད་མས་ངེས་ནས། བསྒྱབ་བྱ་རྟོག་ན་རྟགས་རྟོག་པ་རྟོག་བྱུང་གྱི་མཚན་ཉིད།
དཔེར་ན། སྒྲ་ཚེས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། བྱས་པའི་ཕྱིར། ལྟ་བུར་རྟགས་ཚེས་བར་གྱི་
འབྲེལ་བ་བྱུང་ཚུལ་ལ་རྟོག་པའི་སྟོན་དབྱེད་དེ། གང་རྟག་ན་མ་བྱས་པས་བྱུང་
པར་ངེས་པ་ཞིག་དགོས། 《རྟགས་རིགས་གྱི་རྣམ་བཞག་ཚེས་ཀྱི་གསལ་བའི་མེ་
ལོང་》ལས། བྱས་རྟགས་ཀྱིས་སྒྲ་མི་རྟག་པར་སྒྱབ་པའི་མི་མཐུན་སྟེགས་ལ་“མེད་

པ་ཉིད་རུ་ངེས་པ་དེ། བྱས་ཀྱིས་མི་ཉལ་པར་སྐྱབ་པའི་ལྷོག་བྱུང་ཡིན་
 པའི་མཆན་ཉིད། དེའི་བྱུང་རུ་མེད་པ་སྒྲིམ་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། བྱས་པ་སྐྱབ་
 ཀྱིས་པར་སྐྱབ་པའི་ལྷོག་བྱུང་ཡིན་པར་བཅད་པའི་ཆེད་རུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཆོག་དེ་
 ལ་བརྟེན་ནས་དེ་ཡིན་པ་ཁེགས་པར་འགྱུར་ཏེ། བྱས་པ་སྐྱབ་ཀྱིས་པར་སྐྱབ་པའི་མི་
 མཐུན་སྒྲིགས་ལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། “ཉིད་”སྒྲིམ་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། མི་ཉལ་པ་
 རུང་སྐྱབ་ཆོལ་བྱུང་རུ་སྐྱབ་པའི་ལྷོག་བྱུང་ཡིན་པ་གཙོ་བོར་ཆེད་རུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
 ཆོག་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་ཡིན་པར་ཁེགས་པར་འགྱུར་ཏེ། མི་ཉལ་པ་རུང་སྐྱབ་ཆོལ་
 བྱུང་རུ་སྐྱབ་པའི་མི་མཐུན་སྒྲིགས་ལ་མེད་པ་ཁོ་ན་མ་ཡིན་པ་སྟེ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མི་
 མཐུན་སྒྲིགས་ཡིན་ན། མི་ཉལ་པ་ཡིན་པས་ཀྱང་མི་བྱུང་། མ་ཡིན་པས་ཀྱང་མ་བྱུང་
 པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མི་མཐུན་སྒྲིགས་སྟོག་མི་ཉལ་པ་ཡིན། ཅུང་མཁའ་དེ་མ་
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། “ཉིད་”མེད་པའི་སྐར་མ་སྒྲིམ་པར་ཕྱིས་སྒྲིམ་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་
 དེ། ཆོལ་བྱུང་རུང་སྐྱབ་མི་ཉལ་པར་སྐྱབ་པའི་ལྷོག་བྱུང་རུ་བརྟེན་པའི་ཆེད་རུ་ཡིན་
 པའི་ཕྱིར། ཆོག་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་ཡིན་པར་གོ་བྱས་ཏེ། ཆོལ་བྱུང་རུང་སྐྱབ་མི་ཉལ་
 པར་སྐྱབ་པའི་མི་མཐུན་སྒྲིགས་ལ་མེད་པ་ཁོ་ན་མ་ཡིན་ཀྱང་། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མི་མཐུན་
 སྒྲིགས་ཁོ་ན་ལ་མེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་མཐུན་སྒྲིགས་ཆོལ་མ་བྱུང་གི་བྲག་རི་
 ལ་འདྲ་མེད་པ་ཡིན་པས་དེ་སྐད་བཤད་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

བསྐྱར་སྒྲིབ་གི་ཁ་བྱང་།

- ༡ ཚུལ་གསུམ་ཚང་བ་ཞེས་པའི་དོན་གང་ཡིན།
- ༢ ཤེས་འདོད་ཚེས་ཅན་དང་ཚྱོད་གཞི་ཚེས་ཅན་གཉིས་ལ་བྱད་པར་ཅི།
- ༣ བྱས་རྟགས་ཀྱིས་སྒྲ་མི་རྟག་པ་བསྐྱབ་པའི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚེས་གང་ཡིན།
- ༤ བྱས་རྟགས་ཀྱིས་སྒྲ་མི་རྟག་པ་བསྐྱབ་པའི་སྐྱབ་བྱེད་གང་ཡིན།
- ༥ བྱས་སྒྲ་འབྲུག་པའི་ཡུལ་གསུམ་པོ་དེ་གང་དང་གང་ཡིན།
- ༦ དངོས་མིང་དང་བརྟགས་མིང་གི་བྱད་པར་གང་ཡིན།
- ༧ ཚྱོད་གཞི་ཚེས་ཅན་ལ་བྱས་སྒྲ་འབྲུག་པའི་སྐྱ་མཚན་གང་ཡིན།
- ༨ བྱས་རྟགས་ཀྱིས་སྒྲ་མི་རྟག་པ་བསྐྱབ་པའི་བྱས་ཚེས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་བྲིས།
- ༩ ཉིད་ཡོད་པའི་སྤར་མ་སྒྲིབ་པ་བྱས་སྒྲིབ་པ་དགོས་པ་གང་ཡོད།
- ༡༠ རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་བྲིས།
- ༡༡ སྒྲ་ཚེས་ཅན། མི་རྟག་ཏེ། ཚུལ་བྱད་ཡིན་པའི་བྱར། ཞེས་པ་ཚུལ་གསུམ་གང་ཞིག་མ་ཚང་བའི་སྒྲིབ་ཡོད་འདུག
- ༡༢ སྒྲིབ་ཤིང་ཚེས་ཅན། སྒྲིག་ལྡན་ཡིན་ཏེ། མཚན་མོ་ལོ་མ་ལུམ་སྒྲེ་ཉལ་བའི་བྱར། ཞེས་པ་ཚུལ་གསུམ་མ་ཚང་བའི་སྒྲིབ་གང་ཡོད།

སྒྲིབ་ཚན་གསུམ་ལ།

རྟགས་ཡང་དག་བཤད་ལ།

ས་བཅད་དང་པོ། རྟགས་ཡང་དག་ལ་རྟོག་པོ་སྒྲིབ་ནས་དབྱེ་བ།

གཅིག །འབྲས་རྟགས་ཡང་དག་བཤད་ལ།

རྟགས་རིགས་ཀྱི་གཞུང་རྣམས་སུ་རྟགས་ཡང་དག་ལ་དབྱེ་བ་རྣམས་པ་བཅུ་ལྔ་
སྒྲིབ་ནས་བཤད་ཡོད་པ་རེད། དང་པོ་ངོ་བོའི་སྒྲིབ་ནས་དབྱེ་བ་འབྲས་རང་མ་
དམིགས་པའི་རྟགས་གསུམ་ཡོད་པ་ལས། དང་པོ་འབྲས་རྟགས་ཡང་ནི།
《རིགས་གཉིས་》ལས།

ཡོད་པ་བསྐྱབ་ལ་ཚུལ་གསུམ་ཆང་། །

དེ་བྱུང་བ་ལ་འབྲས་བུའི་རྟགས། །

ཞེས་པའི་དོན་ནི། ཡོད་པ་བསྐྱབ་ལ་ཚུལ་གསུམ་ཆང་བ་འབྲས་རྟགས་ཡང་དག་
གི་མཆན་ཉིད། འབྲས་བུ་ཐམས་ཅད་རྒྱ་སྒྲོན་སོང་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ན། འབྲས་བུ་
རྟགས་སུ་བཟུང་ནས། རྒྱ་ཡོད་པ་བསྐྱབ་པའི་གཏན་ཆོགས་ལ་ནང་གསེས་ཀྱི་དབྱེ་
བ་བཞིར་བྱས་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན། མཆན་གཞི་དང་སྒྱུར་ན། ① རྒྱ་དངོས་
སྐྱབ་ཀྱི་འབྲས་རྟགས་ཡང་དག་ནི། ཏུ་ལྷན་ལ་ལ་ཆོས་ཅན། མེ་ཡོད་དེ། ཏུ་བ་
ཡོད་པའི་སྤྱིར། ཞེས་པ་འབྲས་རྟགས་ཏུ་བ་ཡོད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲིག་གྱུར་གྱི་རྒྱ་
དངོས་མེ་ད་ལྷ་བ་ཡོད་པ་བསྐྱབ་པའི་དག་སྒྱུར་ལྷ་བུ། འདི་ནི་ཚུལ་གསུམ་ཆང་
པའི་འབྲས་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་ཏེ། ཚེད་གཞི་ཏུ་བ་དང་ལྷན་པའི་ལ། རྟགས་
ཏུ་བ་ཡོད་པས་ཚུལ་དང་པོ་ཆང་། ཏུ་བ་ཡོད་ན་མེ་ཡོད་པས་བྱབ་པ་ཚུལ་གཉིས་
པ་རྗེས་འགྲོ་ཆང་། མེ་མེད་ན་ཏུ་བ་མེད་པས་བྱབ་པ་ཚུལ་གསུམ་པ་ལྷོག་བྱབ་
ཀྱང་ཆང་བ་ཡིན་ནོ། ཡང་དཔེར་བརྗོད་གསར་པ་ཞིག་བཀོད་ན། ཡི་གེ་སྒྲིག་པའི་
སྐྱས་བྱབ་པའི་སྒྲིབ་ཁང་ན་ཆོས་ཅན། སྒྲིབ་མ་ཡོད་དེ། ཡི་གེ་སྒྲིག་པའི་སྐྱ་ཡོད་

པའི་ཕྱིར། ལྟ་བུལོ། ② ལྷ་སྒྲོན་སྤང་སྒྲུབ་ཀྱི་འབྲས་རྟགས་ཡང་དག་ནི། བར་
སྒྲུང་གི་རུ་བ་ཚོས་ཅན། རང་རྒྱ་མེ་སྒྲུབ་སྒྲོན་རུ་སྤང་སྒྲུབ། རུ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
ཞེས་པ་འབྲས་རྟགས། རུ་བ་ཡིན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་དེའི་དངོས་རྒྱ་མེ་ད་ལྟ་བུ་མེད་
ཀྱང་རྒྱ་སྒྲོན་སྤང་ཅན་ཡིན་པ་བསྒྲུབ་པ་ལྟ་བུ། དཔེར་བཞིན་གསར་པ་ཞིག་བཤོད་
ན། ལྷ་སའི་སྤྱིང་བསྐྱར་ལམ་རུ་ཡོད་པའི་རྒྱ་པོ་ལོ་བརྒྱད་ཅུ་ཅན་དེ་ཚོས་ཅན།
ཁོ་རང་སྦྱོང་པའི་ལམ་ལུས་བཟང་གཞོན་ཅུ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་དེ། ཁོ་མ་ལས་སྦྱོས་
པའི་རུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལྟ་བུ། ③ ལྷ་བྱུང་པར་སྒྲུབ་ཀྱི་འབྲས་རྟགས་ཡང་དག་ནི།
གཟུགས་འཛིན་དབང་མངོན་ཚོས་ཅན། རང་གི་བདག་སྦྱོང་དང་དེ་མ་ཐག་སྦྱོང་
ལས་གཞན་པའི་རང་གི་སྦྱོང་ཡོད་དེ། རང་གི་བདག་སྦྱོང་དང་དེ་མ་ཐག་སྦྱོང་
ཚང་བ་ཅམ་གྱིས་མི་སྦྱོ་ཞིང་། དེས་འགའ་སྦྱོ་བའི་ཕྱིར། ལྷ་འགའ་ཞིག་ཚང་བ་
ཅམ་གྱིས་མི་སྦྱོ་ཞིང་། དེས་འགའ་སྦྱོ་བའི་རྟགས་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བུ་སྦྱོང་
བྱེད་ཀྱི་ལྷ་བྱུང་པར་བ་ཞིག་ཡོད་པ་བསྒྲུབ་པ་ལྟ་བུ། དཔེར་བཞིན་གསར་པ་ཞིག་
བཤོད་ན། བོད་ཀྱི་ཞིང་ཁའི་ལྷང་བུ་སྒྲོན་པོ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་ས་ཞིང་དང་ས་
བོན་ལས་གཞན་པའི་སྦྱོང་བྱེད་ཀྱི་སྦྱོང་ཡོད་དེ། ཁྱོད་དེ་གཉིས་ཚང་བ་ཅམ་གྱིས་
མི་སྦྱོ་ཞིང་། དེས་འགའ་སྦྱོ་བའི་ཕྱིར་ལྟ་བུ། འདི་ནི་ལྷ་བྱུང་པར་ཅན་ལྷ་བྱུང་དོད་
གཤེར་སོགས་མ་འཛོམས་ན་མི་སྦྱོ་བ་ལྷ་བྱུང་པར་བ་ཡོད་པ་བསྒྲུབ་པ་ལྟ་བུ་ཡིན།
④ ལྷ་ཚོས་རྗེས་དཔོག་གི་འབྲས་རྟགས་ཡང་དག་ནི། ཁ་ནང་བུ་རམ་གོང་བུའི་
སྦྱང་ན་ཚོས་ཅན། གཟུགས་ད་ལྟ་བུ་ཡོད་དེ། བུ་རོ་ད་ལྟ་བུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་
རོ་སྦྱང་བའི་རྟགས་ལ་བརྟེན་ནས། གཟུགས་ཡོད་པ་རྗེས་སུ་དཔོག་རུས་པ་བཞིན་
པ་ལྟ་བུལོ། ལུས་ཀྱི་རྒྱབ་ལོག་ན་ཡོད་པའི་ལྷགས་ཀྱི་མེ་ཐབ་ནང་ཚོས་ཅན། མེ་
གཟུགས་ཡོད་དེ། མེ་ཡི་རིག་བྱ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ལྟ་བུ།

གཉིས། རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཡང་དག་བཤད་པ།

《རིགས་གཉིས་》ལས།

ཡིན་པ་བསྒྲུབ་ལ་ཚུལ་གསུམ་ཚང་། །

རོ་བོ་དབྱེར་མེད་རང་བཞིན་རྟགས། །

ཞེས་པའི་དོན་ནི། ཡིན་པ་བསྐྱབ་ལ་ཚུལ་གསུམ་ཆང་བ་གང་ཞིག་རྟགས་ཚོས་གཉིས་པོ་དོ་པོ་དབྱེར་མེད་ཏུ་གྱུབ་པ། རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཆོན་ཉིད། འདིར་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཞེས་པ་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་དང་སྐྱབ་བྱེད་གྱི་རྟགས་གཉིས་དོ་པོ་བདག་གཅིག་གི་འབྲེལ་པས་གྱུབ་པ་ཞིག་ལ་ཟེར།

གཞི་ལ་སྒྱུར་ན། སྒྲ་ཚོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། བྱས་པའི་ཕྱིར་ལྟ་བུར། བྱས་རྟགས་གྱིས་སྒྲ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་དངོས་གྱི་སྐྱབ་བྱའི་ཚོས་སུ་བཟུང་བྱའམ་མི་རྟག་པ་དེ་ཡིན་ན། བྱས་པ་དང་བདག་ཉིད་གཅིག་ཡིན་པས་བྱབ་པ་གང་ཞིག་བྱས་རྟགས་གྱིས་སྒྲ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་ཚུལ་གསུམ་ཡིན་པ་དེ། བྱས་རྟགས་གྱིས་སྒྲ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་རྟགས་གྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་ན། རང་བཞིན་དག་པ་བ་དང་། བྱད་པར་སྟོས་པ་བ་གཉིས། ① རང་བཞིན་དག་པ་བའི་རྟགས་ཡང་དག་བཤད་པ། རང་ཞེས་བརྗོད་པའི་སྒྲས་རང་གི་བྱེད་པ་པོ་མི་འཕེན་པ་དེ། བྱད་པར་དག་པ་བའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་རང་དག་གི་མཆོན་ཉིད། མཆོན་གཞི་ནི། སྒྲ་ཚོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། དངོས་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལྟ་བུ། འདིར་རང་བཞིན་དག་པ་བ་ཞེས་པའི་དོན་ནི། རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཡིན་པ་གང་ཞིག་སྐྱབ་བྱེད་གྱི་རྟགས་དེ་ཉིད་བྱེད་པོ་གཞན་ལ་སྟོས་ནས་བྱང་བ་བརྗོད་པ་མ་ཡིན་པའི་རག་སྒྲུར་ཞིག་ཡིན། ② བྱད་པར་སྟོས་པ་བའི་རྟགས་ཡང་དག་བཤད་པ། རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་པ་གཞིར་བཅས་པ་ལ། རང་ཞེས་བརྗོད་པའི་སྒྲས་རང་གི་བྱེད་པ་པོ་འཕེན་པ། བྱད་པར་སྟོས་པ་བའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཆོན་ཉིད། འདིར་བྱད་པར་སྟོས་པ་བ་ཞེས་པ་སྐྱབ་བྱེད་གྱི་གཏན་ཚིགས་དེ་ཉིད། བྱེད་པ་པོ་ལ་སྟོས་ནས་བྱང་བ་ཡིན་པ་བཟུན་པའི་རག་སྒྲུར་ཞིག་ཡིན། དེ་ལ་དང་པོ་བྱེད་པ་པོ་དངོས་སུ་འཕེན་པ་ནི། ཏུང་སྒྲ་ཚོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། ཚུལ་བྱང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདིར་ཚུལ་བྱང་ཞེས་པ་བྱེད་པ་པོ་དངོས་སུ་བཟུན་པའི་སྒྲ་ཡིན་ཏེ། ཚུལ་བྱང་ཡིན་ན་མིའི་ཚུལ་བ་ལས་བྱང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ཤུགས་ལ་འཕེན་པ་ནི། སྒྲ་ཚོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། བྱས་པའི་ཕྱིར། འདི་ནི་བྱེད་པ་པོ་ཤུགས་བཟུན་ཡིན་ཏེ། བྱས་པ་ཡིན་ན་བྱེད་པོ་ཞིག་

ཡོད་ཀྱང་ཐད་ཀར་མིས་ཚུལ་བ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པས་མ་བྱུང་བ་ལྟ་བུའོ།

རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཡང་དག་གི་དཔེར་བཞིན་གསར་པ་འགའ་ཞིག་བཞོད་
ན། ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་ཆོས་ཅན། མཁས་པ་ཡིན་ཏེ། འབྲུམ་རམས་པའི་སློབ་
མཐར་ཕྱིན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་དང་། ཡང་། བུ་མོ་འཆི་མེད་ལྟ་མོ་ཆོས་
ཅན། བོད་པ་ཡིན་ཏེ། བོད་གྱི་ཨ་མས་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་དང་། ས་རིའི་
སྤང་ངོས་གྱི་སེམས་ཅན་དེ་ཆོས་ཅན། བ་ལང་ཡིན་ཏེ། འོག་སྒྲིག་ཤལ་དང་ལྡན་
པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མི་སེར་ལ་སྤྱག་བསྐྱེད་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་དཔོན་ཅན་དེ་
དག་ཆོས་ཅན། བདུད་གྱི་སྐྱེ་བ་ཡིན་ཏེ། སྦྱང་རྩེ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་དང་།
རྣམ་གཤེད་དང་ལེ་ལོ་ཅན་གྱི་སློབ་མ་དེ་ཆོས་ཅན། བྲེལ་མེད་པའི་བྱ་བརྒྱད་
ཡིན་ཏེ། ས་མའི་ཡིད་སྦྱོར་བ་ལ་འཛེམ་པ་མེད་པའི་བསམ་སྒྲོ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
ཞེས་དང་། ཡོན་ཏན་མེད་པའི་དགེ་ཆན་དེ་ཆོས་ཅན། སློབ་མའི་སྒྲོ་གྲོས་གྱི་
དག་ཡིན་ཏེ། རིག་པའི་ལྷ་གྱ་སྐྱེད་སྐབས་ཀྱི་དུས་ཚོད་ཆུད་ཐོས་གཏོང་མཁན་
ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུའི་དཔེར་བཞིན་འགོད་ཆོག་གོ།

གསུམ། མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་བཤད་པ།

《རིགས་གཏེར་》ལས།

དགག་བྱ་འགོག་ལ་ཚུལ་གསུམ་ཚང་། །

ངོ་བོ་མི་དམིགས་པ་ལ་བཞི། །

ཞེས་པའི་དོན། དགག་བྱ་འགོག་པ་ལ་ཚུལ་གསུམ་ཚང་བ་མ་དམིགས་པའི་
རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད། 《རྟགས་རིགས་ཀྱི་རྣམ་བཞག་ཆོས་ཀྱན་གསལ་
བའི་མེ་ལོང་》ལས། བྱིད་དེ་སྐྱབ་གྱི་རྟགས་ཡང་དག་གང་ཞིག བྱིད་གྱི་རྟགས་
ཀྱིས་དེ་སྐྱབ་གྱི་དངོས་གྱི་སྐྱབ་བྱའི་ཆོས་སུ་བཟུང་བྱ་ཡང་ཡིན། དགག་པ་ཡང་
ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་སྲིད་པ་དེ། བྱིད་དེ་སྐྱབ་གྱི་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་
གི་མཚན་ཉིད། ཅེས་གསུངས།

[[སྤང་བྱང་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་བཤད་པ]]

དང་པོ། ངོ་བོ་འབྲེལ་རྒྱ་མ་དམིགས་པ་བཤད་པ། འབྲེལ་ཡུལ་བཀག་པས་

འབྲེལ་ཚུལ་འགོག་པ་ལ། ཚུལ་གསུམ་ཚང་བ་འབྲེལ་ཟླ་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་
 ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན་བཞི་སྟེ། ① རྣང་རུང་གི་རང་བཞིན་མ་
 དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་ནི། བྱམ་པ་ཚད་མས་མ་དམིགས་པའི་མདུན་གྱི་
 གཞི་འདིར་ཚུལ་ཅན། བྱམ་པ་མེད་དེ། བྱམ་པ་ཚད་མས་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར།
 ལྟ་བུ། མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་བྱམ་པ་ཡོད་ན་མཐོང་རུང་ཡིན་ལ། ཚད་མས་མ་
 དམིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་མདུན་གྱི་གཞི་འདི་བྱམ་པ་ཡོད་པ་འགོག་པ་ལྟ་བུ།
 ② རྣང་རུང་གི་རྒྱ་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་ནི། མེ་མེད་མཚན་མོའི་རྒྱ་
 མཚན་ཚུལ་ཅན། རུ་བ་མེད་དེ། མེ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་རུ་བའི་རྒྱ་མེ་ཡོད་པ་
 བཀག་ནས་རུ་བ་ཡོད་པ་འགོག་པ་ལྟ་བུ། ③ རྣང་རུང་གི་ཁྱབ་བྱེད་མ་དམིགས་
 པའི་རྟགས་ཡང་དག་ནི། གངས་ཉི་མའི་རི་ངོགས་ན་ཚུལ་ཅན། རྒྱག་པ་མེད་དེ།
 ཤིང་མེད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་ཁྱབ་བྱེད་ཤིང་མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་དེའི་ཁྱབ་བྱ་
 ཤིང་གི་བྱེ་བྲག་ཤྱག་པ་ཡོད་པ་འགོག་པ་ལྟ་བུ། ④ རྣང་རུང་གི་དངོས་འབྲས་མ་
 དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་ནི། རུ་བས་དབེན་པའི་ཁང་པ་ན་ཚུལ་ཅན། རུ་
 བའི་དངོས་རྒྱ་རུས་པ་ཐོགས་མེད་མེད་དེ། རུ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་རུ་བ་མེད་
 པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་རུ་བའི་དངོས་རྒྱ་རུས་པ་ཐོགས་མེད་ཡོད་པ་འགོག་པ་ལྟ་བུ།

གཉིས་པ། འགལ་ཟླ་དམིགས་པ་བཤད་པ། གཞོད་བྱེད་རྟགས་སུ་བཀོད་ནས་
 དགག་བྱ་འགོག་པ་ལ་ཚུལ་གསུམ་ཚང་བ་འགལ་དམིགས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་གི་
 མཚན་ཉིད། ཡང་ན། དེ་སྐབས་ཀྱི་རྣང་རུང་མ་དམིགས་པའི་ཚུལ་གསུམ་དང་མ་
 ཡིན་དགག་དང་སྐབས་པ་གང་རུང་གི་གཞི་མཐུན་དེ། དེ་སྐབས་ཀྱི་རྣང་རུང་འགལ་
 དམིགས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད། 《རིགས་གཉེར་》 ལས།

འགལ་བ་དམིགས་པ་རྣམ་པ་གཉིས། །

ཚེ་རིག་སྒྲོར་བཞིས་གང་རིག་བཞི། །

བཀག་པས་སྒྲོར་བ་བཅུ་དྲུག་ཟེར། །

༡ འགལ་བ་དམིགས་པ་ལ། ལྷན་ཞིག་མི་གནས་འགལ་བ་དམིགས་པ་དང་།
 ཕན་ཚུན་སྤང་འགལ་དམིགས་པ་རྣམ་པ་གཉིས་སོ། །དགག་བྱའི་ཚུལ་སུ་བཏགས་

པའི་དངོས་པོ་དང་། རྣམ་ཐ་དད་ཀྱང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་དེ། ལྟན་ཞིག་མི་
གནས་འགལ་ལ་བརྟེན་པའི་འགལ་དམིགས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད།
འདི་ལ་ཚད་མ་སྒྲ་རབས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཅ་པོར་གྱུར་པའི་ལྟན་ཞིག་མི་གནས་
འགལ་དང་། ཤེས་པར་གྱུར་པའི་ལྟན་ཞིག་མི་གནས་འགལ། སྒྲིབ་ཆགས་སུ་གྱུར་
པའི་ལྟན་ཞིག་མི་གནས་འགལ་ཞེས། དབྱེ་བ་གསུམ་སྟེ་སྒྲིབ་ཡོད་འདུག །

(1) བཅ་པོར་གྱུར་པའི་ལྟན་ཞིག་མི་གནས་འགལ་ལ་ 《རིགས་གཏེར་》 ལས།
ཆ་རིག་སྒྲོར་བཞིས་གང་རིག་སྒྲོར་བཞི། བཀག་ཚུལ་གྱི་དཔེར་བཞིན་བརྟུ་བྱག་
བཀོད་ཡོད་པ་རེད། ཆ་རིག་སྒྲོར་བཞི་ནི། མེ། མེའི་བྱ་བ་བྱ་མེ་བྱ་བ་པ་ཅན་
དན་གྱི་མེ། མེའི་འབྲས་བུ་དུ་བ། མེའི་རྩ་རྩས་པ་ཐོགས་མེད་དང་བཞིའོ། །དེ་
བཞིན་དུ་གང་རིག་བཞི་ནི། གང་རིག་དེའི་བྱ་བ་བྱ་བ་མེའི་རིག་པ། གང་འབྲས་
སྟེ་མེད། གང་རིག་གི་རྩ་རྩས་པ་ཐོགས་མེད་དང་བཞིའོ། །

གོང་གསལ་གྱི་དཔེར་བཞིན་འདི་དག་གི་གསལ་བཤད་དུ། ཚད་མ་ 《རིགས་
གཏེར་》 ལས།

རྩས་པ་ཐོགས་མེད་མེ་མིན་ཞིང་། །

རྩན་མེད་སྤྱིར་ན་འགོག་མི་རུས། །

གཞུང་ལས་རྣམ་གཞག་མང་བཤད་ཀྱང་། །

འགོག་རྩས་སྒྲ་མ་བརྟུ་གཉིས་ཡིན། །

ཞེས་པའི་དོན་ནི། ས་པའ་རང་གིས་བཞིན་པར། མེ་རྩ་རྩས་པ་ཐོགས་མེད་ནི་
སྒྲིབ་ཅིག་གཉིས་པ་ལ་མེ་རྩེད་པའི་བྱ་བ་ཤིང་ཉིད་ཡིན་པས། མེ་མིན་པས་གང་
རིག་འགོག་མི་རུས། དེས་ན་དཔལ་ཚོས་ཀྱི་གྲགས་པས་ཚད་མའི་གཞུང་རྣམས་
ལས་གཏན་ཚིགས་གསུམ་དང་། བཞི་སོགས་ཅི་རིགས་པ་གསུངས་ཡོད་ཀྱང་།
དགག་བྱ་འགོག་རྩས་པའི་གཏན་ཚིགས་དངོས་ནི། སྒྲ་མ་བརྟུ་གཉིས་པོ་དེ་དག་
ཡིན། ཞེས་གསུངས་སོ། །

སྒྲིབ་ཀྱི་ཐབ་ཚང་ན་ཚུ་མཉམ་གྱིས་འཁོག་པའི་དཔེར་བཅུ་རྒྱལ་གི་རེའུ་མིག་

འགལ་དམིགས་།	མེས་འདྲོད་ཚུ་ཅན་།	བསྐྱབ་བྱ།	གཏན་ཚིགས་།
རང་བཞིན་འགལ་དམིགས་གྱི་ནྟགས་བཞི།	ཁྱིམ་གྱི་ཐབ་ཚང་ན་ཚུ་ཅན་།	ཁྱད་རེག་མེད་དེ།	མེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།
	ཁྱིམ་གྱི་ཐབ་ཚང་ན་ཚུ་ཅན་།	ཁྱད་འབྲས་སྒྱུ་ཡོང་མེད་དེ།	མེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།
	ཁྱིམ་གྱི་ཐབ་ཚང་ན་ཚུ་ཅན་།	ཁྱེ་བྲག་ཁ་བའི་ཁྱད་རེག་མེད་དེ།	མེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།
	ཁྱིམ་གྱི་ཐབ་ཚང་ན་ཚུ་ཅན་།	ཁྱད་རྒྱ་རྩམ་པ་ཚོགས་མེད་མེད་དེ།	མེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།
འགལ་བའི་ཁྱེ་བྲག་ཁ་བའི་ཁྱད་རེག་པ་བཞི།	ཁྱིམ་གྱི་ཐབ་ཚང་ན་ཚུ་ཅན་།	ཁྱད་རེག་མེད་དེ།	སྐལ་བའི་མེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།
	ཁྱིམ་གྱི་ཐབ་ཚང་ན་ཚུ་ཅན་།	ཁྱད་འབྲས་སྒྱུ་ཡོང་མེད་དེ།	སྐལ་བའི་མེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།
	ཁྱིམ་གྱི་ཐབ་ཚང་ན་ཚུ་ཅན་།	ཁྱེ་བྲག་ཁ་བའི་ཁྱད་རེག་མེད་དེ།	སྐལ་བའི་མེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།
	ཁྱིམ་གྱི་ཐབ་ཚང་ན་ཚུ་ཅན་།	ཁྱད་རྒྱ་རྩམ་པ་ཚོགས་མེད་མེད་དེ།	སྐལ་བའི་མེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།
འགལ་བའི་འབྲས་བྱ་དམིགས་པ་བཞི།	ཁྱིམ་གྱི་ཐབ་ཚང་ན་ཚུ་ཅན་།	ཁྱད་རེག་མེད་དེ།	མེ་འབྲས་རྩ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།
	ཁྱིམ་གྱི་ཐབ་ཚང་ན་ཚུ་ཅན་།	ཁྱད་འབྲས་སྒྱུ་ཡོང་མེད་དེ།	མེ་འབྲས་རྩ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།
	ཁྱིམ་གྱི་ཐབ་ཚང་ན་ཚུ་ཅན་།	ཁྱེ་བྲག་ཁ་བའི་ཁྱད་རེག་མེད་དེ།	མེ་འབྲས་རྩ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།
	ཁྱིམ་གྱི་ཐབ་ཚང་ན་ཚུ་ཅན་།	ཁྱད་རྒྱ་རྩམ་པ་ཚོགས་མེད་མེད་དེ།	མེ་འབྲས་རྩ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།
འགལ་བའི་རྒྱ་དམིགས་པ་བཞི།	ཁྱིམ་གྱི་ཐབ་ཚང་ན་ཚུ་ཅན་།	ཁྱད་རེག་མེད་དེ།	མེ་རྒྱ་རྩམ་པ་ཚོགས་མེད་ཡོད་པའི་ཕྱིར།
	ཁྱིམ་གྱི་ཐབ་ཚང་ན་ཚུ་ཅན་།	ཁྱད་འབྲས་སྒྱུ་ཡོང་མེད་དེ།	མེ་རྒྱ་རྩམ་པ་ཚོགས་མེད་ཡོད་པའི་ཕྱིར།
	ཁྱིམ་གྱི་ཐབ་ཚང་ན་ཚུ་ཅན་།	ཁྱེ་བྲག་ཁ་བའི་ཁྱད་རེག་མེད་དེ།	མེ་རྒྱ་རྩམ་པ་ཚོགས་མེད་ཡོད་པའི་ཕྱིར།
	ཁྱིམ་གྱི་ཐབ་ཚང་ན་ཚུ་ཅན་།	ཁྱད་རྒྱ་རྩམ་པ་ཚོགས་མེད་མེད་དེ།	མེ་རྒྱ་རྩམ་པ་ཚོགས་མེད་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

རིགས་ལམ་རྩ་དངས་ན། མེ་རྩ་རྩ་པ་ཐོགས་མེད་ཚོས་ཅན། བྱོད་ཀྱིས་གང་
 རིག་སོགས་འགོག་མི་རྩ་ཏེ། བྱོད་མེ་མིན་པ་གང་ཞིག །བྱོད་ཀྱི་རྩ་མེད་པའི་
 སྒྱུར། འདྲིར་གོང་གི་དཔེར་བཞིན་འདྲི་དག་ལྟན་ཞིག་མི་གནས་འགལ་བའི་ཚོག་
 སྒྱུར་དང་སྒྱུར་ནས་དཔེར་བཞིན་འགལ་ཞིག་བཞོད་ན། ① རང་བཞིན་འགལ་
 དམིགས་ནི། ཐབ་ཚང་གི་མེ་ཚོས་ཅན། གང་རིག་དང་གནོད་མེད་རྩ་ལྟན་ཞིག་རྩ་
 མི་གནས་ཏེ། མེ་ཡིན་པའི་སྒྱུར། ② བྱལ་བྱ་འགལ་དམིགས་ནི། ཐབ་ཚང་གི་སོལ་
 བའི་མེ་ཚོས་ཅན། ལ་བའི་རིག་པ་དང་གནོད་མེད་རྩ་ལྟན་ཞིག་རྩ་མི་གནས་ཏེ།
 སོལ་བའི་མེ་ཡིན་པའི་སྒྱུར། ③ འབྲས་བུ་འགལ་དམིགས་ནི། ཤར་སྒྲིགས་ཀྱི་མེ་
 ཚོས་ཅན། གང་རྩ་རྩ་པ་ཐོགས་མེད་དང་གནོད་མེད་རྩ་ལྟན་ཞིག་རྩ་མི་གནས་
 ཏེ། མེ་ཡིན་པའི་སྒྱུར། ④ རྩ་འགལ་དམིགས་ནི། མེ་རྩ་རྩ་པ་ཐོགས་མེད་ཚོས་
 ཅན། གང་འབྲས་སྒྲ་ལོང་བྱེད་དང་གནོད་མེད་རྩ་ལྟན་ཞིག་རྩ་མི་གནས་ཏེ། མེ་རྩ་
 ཡིན་པའི་སྒྱུར།

(2) ཤེས་པར་གྱུར་པའི་ལྟན་ཞིག་མི་གནས་འགལ་ལ་བརྟེན་པའི་འགལ་
 དམིགས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ནི། གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་གྱི་དངོས་གཉེན་རྩ་
 གྱུར་པའི་ཉན་ཐོས་སྒྲིམ་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཚོས་ཅན། གང་ཟག་གི་བདག་
 འཛིན་དང་གནོད་མེད་རྩ་ལྟན་ཞིག་རྩ་མི་གནས་ཏེ། གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་གྱི་
 དངོས་གཉེན་ཡིན་པའི་སྒྱུར། ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ།

ཡང་དཔེར་བཞིན་གསར་པ་ཞིག་བཞོད་ན། དགལ་བའི་སེམས་ཚོས་ཅན། བྱོ་
 བ་དང་གནོད་མེད་རྩ་ལྟན་ཞིག་མི་གནས་ཏེ། དེ་དགལ་བའི་སྒྲིག་སྒྲིགས་ཡིན་
 པའི་སྒྱུར། དེ་གཉེས་ལྟན་ཞིག་མི་གནས་འགལ་ཡིན་པའི་སྒྱུར།

ཡང་། སྒྲིང་རྒྱུ་སེམས་ཚོས་ཅན། ཞེ་སྤང་གི་སེམས་དང་གནོད་མེད་རྩ་
 ལྟན་ཞིག་མི་གནས་ཏེ། བྱོད་ཞེ་སྤང་གི་གཉེན་པོ་ཡིན་པའི་སྒྱུར། ལྟ་བུའོ།

(3) གསུམ་པ་སྒྲིག་ཆགས་སུ་གྱུར་པའི་ལྟན་ཞིག་མི་གནས་འགལ་ལ་བརྟེན་
 པའི་འགལ་དམིགས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ནི། དཔེར་ན་ཤར་སྒྲིགས་ཀྱི་བྱ་རྒྱུ་ཚོས་

ཅན། ལྷག་པ་དང་གནོད་མེད་རྩ་ལྷན་ཞིག་མི་གནས་ཏེ། བྱ་རོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་
ཞེས་བཀོད་པ་ལྟ་བུ།

དཔེར་བཤེད་གསར་པ་ཞིག་བཀོད་ན། བྱིས་ནང་གི་ལི་ལི་ཆོས་ཅན། བྱོད་བྱི་
བ་དང་གནོད་མེད་རྩ་ལྷན་ཞིག་མི་གནས་ཏེ། བྱོད་ལི་ལི་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༡ སན་ཚུན་སྤངས་འགལ་ལ་བརྟེན་པའི་འགལ་དམིགས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ནི།
《རིགས་གཏེར་》ལས།

སན་ཚུན་སྤངས་པ་དངོས་ལ་ནི། །

རྟགས་དང་རྟགས་ཅན་ཡོད་མ་ཡིན། །

དེ་ཡིས་བྱད་པར་བྱས་པ་ནི། །

བྱབ་བྱེད་འགལ་བ་དམིགས་པ་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་ནི། སན་ཚུན་སྤངས་འགལ་དངོས་ནི་གཅིག་མིན་ན་
གཅིག་ཤོས་དེ་ཡིན་པས་བྱབ་པའི་འབྲེལ་བ་གྲུབ་པས། རྟགས་དང་རྟགས་ཅན་
མེད་དོ། དཔེར་ན། རྟག་པ་དང་མི་རྟག་པ་གཉིས། སྤང་བ་དང་ལྷན་པ་གཉིས།
བྱས་པ་དང་མ་བྱས་པ་གཉིས། གཅིག་དང་ཐ་དད་གཉིས་ལྟ་བུ། གཅིག་མིན་ན་
གཅིག་ཤོས་ཡིན་པས་བྱབ་པའི་གནས་ལྷགས་དེ་ཤེས་ན། དགག་སྐྱབ་ཀྱི་ངལ་བ་
གཞན་མི་དགོས་སོ། །

དངོས་འགལ་གྱིས་བྱད་པར་རྩ་བྱས་པའི་འགལ་བ་དམིགས་པའི་དཔེར་ནི།
སྒྲ་ཆོས་ཅན། རྟག་པའི་དངོས་པོས་སྟོང་སྟེ། བྱས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་རྟག་དངོས་
ཀྱི་བྱབ་བྱེད་མ་བྱས་པ་ཡིན་ཞིང་། མ་བྱས་པའི་འགལ་བ་བྱས་པ་ཡིན་པས་ན་
བྱབ་བྱེད་འགལ་བ་དམིགས་པ་ཡིན་ནོ། འདིར་བྱབ་བྱ་དང་བྱབ་བྱེད་ཅེས་པ་
བྱབ་བྱ་བྱེད་བྱག་དང་། བྱབ་བྱེད་སྒྱི་ལ་གོ་དགོས།

དཔེར་ན། སྒྲ་ཆོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། བྱས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་དང་། སྒྲ་ཆོས་
ཅན། རྟག་པའི་དངོས་པོས་སྟོང་སྟེ། བྱས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་དཔེར་བཤེད་
གཉིས་པོ་བཤེད་བྱ་དོན་གྱི་དོས་ནས་བྱད་པར་མེད་ཀྱང་། རྫོང་བྱེད་སྒྲའི་བྱད་
པའམ་རྫོང་ཚུལ་གྱི་སྟོན་ས། དཔེར་བཤེད་དང་པོ་ལ་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཡང་

དག་དང་། དཔེར་བཞིན་གཉིས་པ་ལ་ཕན་ཚུན་སྤངས་འགལ་ལ་བརྟེན་པའི་
འགལ་དམིགས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཅེས་ཟེར།

པཎ་ཆེན་བསོད་གྲགས་ཀྱི་དཔེར་བཞིན་དུ། “དེ་སྐབས་ཀྱི་འགལ་དམིགས་ཀྱི་
རྟགས་ཡང་དག་ཀྱང་ཡིན། དེ་སྐབས་ཀྱི་དགག་བྱའི་ཆོས་སུ་བཏགས་པའི་དངོས་པོ་
དང་རྣམས་ཐ་དད་མ་ཡིན་པ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་དེ། དེ་སྐབས་ཀྱི་ཕན་ཚུན་
སྤངས་འགལ་ལ་བརྟེན་པའི་འགལ་དམིགས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད།
དཔེར་ན། ལྷ་གུ་ཆོས་ཅན། སྤྲུལ་ཡང་སྐྱེ་བ་དོན་མེད་དེ། ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བཀོད་
པའི་ཆོན་ཡོད་པ་ལྟ་བུའོ།” ཞེས་བཀོད་འདུག །ཆོད་མས་གནོད་པའི་འགལ་བ་
ཞེས་པ་ནི། 《རིགས་གཉིས་》 ལས།

ཆོད་མས་གནོད་པའི་འགལ་བ་ཡང་། །

བྱབ་བྱེད་འགལ་བ་དམིགས་པར་འདུས། །

ཞེས་པའི་དོན། ཆོད་མས་གནོད་པའི་འགལ་བ་འདི་ཡང་དོན་དུ་བྱབ་བྱེད་
འགལ་བ་དམིགས་པའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པ་ཞིག་ཡིན། ཆོད་མས་གནོད་པའི་
འགལ་བ་ལ་ལྟོས་པས་ངེས་པ་འགོག་པ་དང་། ལྟོས་མེད་ཀྱི་མ་ངེས་པ་འགོག་པ་
གཉིས་ལས། དང་པོ་ལྟོས་པས་ངེས་པ་འགོག་པ་ནི། གོས་རྩ་སྐྱམ་བུ་ཆོས་ཅན།
ཁ་དོག་གང་འགྱུར་མ་ངེས་ཏེ། གོས་ཆོས་ལ་ལྟོས་དགོས་པའི་ཕྱིར།

ཡང་། སློབ་མ་བཟ་ཤིས་ཆོས་ཅན། འབྲུམ་རམས་པའི་སློབ་མ་འགྱུར་མིན་
མ་ངེས་ཏེ། ཡིག་ཆོད་ལ་ལྟོས་དགོས་པའི་ཕྱིར།

ཡང་། ལུ་མོ་སློལ་མ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱིས་ལུ་གུ་སྐྱེ་བ་མ་ངེས་ཏེ། ལུ་གུ་སྐྱེ་
བ་ཕྱིན་དུ་གི་ཆ་ཆེན་དུ་མ་ལ་ལྟོས་དགོས་པའི་ཕྱིར། ལྟ་བུའོ།

གཉིས་པ་ལྟོས་མེད་ཀྱི་མ་ངེས་པ་འགོག་པ་ནི། ལུ་མ་པ་ཆོས་ཅན། རང་གྲུབ་
ཅམ་ནས་འཇིག་པར་ངེས་ཏེ། འཇིག་རྩ་གཞན་ལ་ལྟོས་མི་དགོས་པ་རང་བཞིན་
ལྟན་སྐྱེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཡང་། རྒྱལ་པོ་ཆོས་ཅན། འཆི་བར་ངེས་ཏེ། འཆི་རྩ་ལྟན་སྐྱེས་སུ་ཡོད་པའི་
ཕྱིར། ཡང་། མངོས་མ་གཞོན་ལྟ་ལྟ་མཚོ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་མི་སྤྱད་པའི་གཞུགས་

ཅན་གྱི་ཀན་མོར་འབྱུར་ངེས་ཏེ། ཀན་རྒྱ་གཞན་ལ་སྟོས་མི་དགོས་པ་རང་བཞིན་
ལྷན་སྐྱེས་སུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ལྟ་བུའོ།

[[མི་སྤང་བ་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་བཤད་པ]]

མི་སྤང་བའི་འབྲེལ་ལྷ་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད། མི་སྤང་
བ་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་གྲང་ཡིན། མེད་དགག་གྲང་ཡིན་པའི་གཞི་
མཐུན་པ་དེ། མི་སྤང་བའི་འབྲེལ་ལྷ་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་
ཉིད་དང་། དེ་ལ་དབྱེ་ན། རྒྱ་མི་སྤང་བའི་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་དང་།
ཁྲབ་བྱེད་མི་སྤང་བ་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་གཉིས། ① རྒྱ་མི་སྤང་བའི་
མ་དམིགས་པའི་རྟགས། ཚད་མ་སྤྲ་རབས་པའི་ལྷ་བའི་དཔེར་བཞིན་དུ། མཐུན་གྱི་
གཞི་འདིར་ཆོས་ཅན། ཤ་བ་བསྐལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་བླ་གིས་ཤ་བ་ཡོད་
ངེས་ཀྱི་བཅད་ཤེས་དོན་མཐུན་མི་འབྱུག་སྟེ། ཤ་བ་བསྐལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་
བླ་གིས་ཚད་མས་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་བཀོད་པ་ལྟ་བུའོ།

དཔེར་བཞིན་གསར་པ་ཞིག་བཀོད་ན། མཐུན་གྱི་གཞི་འདིར་ཆོས་ཅན། སྤ་
བའི་སྟོན་འབྲེལ་ཡོད་ངེས་ཀྱི་སྟོ་ཐག་མཐའ་གཅིག་དུ་མི་ཆོད་དེ། མི་གཙང་བའི་
རྣམས་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར།

ཡང་། སྟོ་བ་ཁང་གི་བར་སྤང་ན་ཆོས་ཅན། འབྱུང་རུལ་ཁར་བོན་གྱི་རྣམས་ཡོད་
པའི་སྟོ་ཐག་མཐའ་གཅིག་དུ་མི་ཆོད་དེ། འབག་བཙོགས་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར།
ལྟ་བུ། ② ཁྲབ་བྱེད་མི་སྤང་བ་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ནི། ཚད་མ་སྤྲ་མའི་དཔེར་
བཞིན་དུ། མཐུན་གྱི་གཞི་འདིར་ཆོས་ཅན། ཤ་བ་བསྐལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་
བླ་གིས་ཤ་བ་ཡོད་ཅེས་དམ་བཅའ་མི་རིགས་ཏེ། ཤ་བ་བསྐལ་དོན་དུ་སོང་བའི་
གང་བླ་གིས་ཚད་མས་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་བཀོད་པ་ལྟ་བུའོ།

ཡང་དཔེར་བཞིན་གསར་པ་ཞིག་བཀོད་ན། མཐུན་གྱི་གཞི་འདིར་ཆོས་
ཅན། ཆམ་ནད་ཀྱི་སྟོན་འབྲེལ་མེད་དེ། གནས་འདིར་རིམས་ནད་མ་དམིགས་པའི་
ཕྱིར། ལྟ་བུའོ།

ས་བཅད་གཉིས་པ། བརྒྱབ་བྱའི་ཚེས་ཀྱི་སྒྲིབ་ནས་དབྱེ་བ།

༡ རྒྱབ་རྟགས་ཡང་དག་ནི། རང་གི་བརྒྱབ་བྱའི་ཚེས་སུ་རྒྱབ་པ་བཟུང་བའི་ཚུལ་གསུམ་ཚང་བའི་གཏན་ཚིགས་རྒྱབ་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད། དཔེར་ན། ཏུ་ལྷན་གྱི་ལ་ལ་ཚོས་ཅན། མི་ཡོད་དེ། ཏུ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ལྷ་བྱ།

༢ དགག་རྟགས་ཡང་དག་ནི། རང་གི་བརྒྱབ་བྱའི་ཚེས་སུ་དགག་པ་བཟུང་བའི་ཚུལ་གསུམ་ཚང་བའི་གཏན་ཚིགས་དགག་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད། དཔེར་ན། མི་སྟོབས་ཆེན་པོས་བྱབ་པའི་ཐབ་ཚང་ན་ཚོས། བྱང་རེག་མེད་དེ། མི་སྟོབས་ཆེན་པོས་བྱབ་པར་ནོན་པའི་ཕྱིར། ལྷ་བྱ།

ས་བཅད་གསུམ་པ། རྒྱབ་སྒྲུབ་ཀྱི་སྒྲིབ་ནས་དབྱེ་བ།

༡ དོན་རྒྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ནི། རྟགས་ཚོས་གཉིས་མཚན་མཚན་གྱི་འབྲེལ་བ་མ་གྲུབ་པའི་ཚུལ་གསུམ་ཚང་བའི་གཏན་ཚིགས། དོན་རྒྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད། དཔེར་ན། སྒྲ་ཚོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། བྱས་པའི་ཕྱིར། ལྷ་བྱ་བྱས་པ་དང་མི་རྟག་པ་གཉིས་མཚན་མཚན་གྱི་འབྲེལ་བ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། འདིར་འབྲས་རྟགས་ཐམས་ཅད་དོན་རྒྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་ནོ། །

༢ ཐ་སྟོད་རྒྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ནི། རྟགས་ཚོས་གཉིས་མཚན་མཚན་གྱི་འབྲེལ་བ་གྲུབ་པའི་ཚུལ་གསུམ་ཚང་བའི་གཏན་ཚིགས་ཐ་སྟོད་རྒྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད། དཔེར་ན། སྒྲ་ཚོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། སྐད་ཅིག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཡང་། མདུན་གྱི་དངོས་པོ་དེ་ཚོས་ཅན། བུམ་པ་ཡིན་ཏེ། ལྷ་སྟེར་ཞབས་ཞུས་ཆུ་སྟེར་གྱི་དོན་བྱེད་རུས་པའི་དངོས་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ས་བཅད་བཞི་པ། རྒྱབ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲིབ་ནས་དབྱེ་བ།

༡ དངོས་པོ་སྟོབས་ཞུགས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ནི། དངོས་སྟོབས་ཇེས་དཔག་གི་རྟགས་བྱ་གང་ཞིག བརྒྱབ་བྱ་གང་དེ་རྒྱབ་པ་ལ་ཚུལ་གསུམ་ཚང་བའི་གཏན་ཚིགས་དངོས་སྟོབས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད། འདི་ནི་རུང་ཟད་སྟོག་གྱུར་གྱི་དོན་རྟགས་བྱེད་ཀྱི་གཏན་ཚིགས་ཡིན། དཔེར་ན། འདི་དཔེར་བརྗོད་ནི་གོང་།

དུ་བསྟན་པའི། འབྲས་རང་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་གསུམ་པོ་ཐམས་ཅད་ཡིན་ཏེ།
 དེ་དག་ཐམས་ཅད། ཅུང་ཟད་སྒྲིག་གུར་གྱི་དོན་གཏན་ལ་འབབས་བྱེད་གྱི་གཏན་
 ཆེགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དུ་ལྟན་གྱི་ལ་ལ་ཆོས་ཅན། མི་ཡོད་དེ། དུ་བ་ཡོད་པའི་
 ཕྱིར། ལྟ་བུ།

༡ གྲགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་ནི། སྒྲ་བྱང་གི་གྲགས་པ་བསྐྱབ་པ་ལ་རྒྱལ་གསུམ་
 ཆང་བའི་གཏན་ཆེགས་གྲགས་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཆན་ཉིད། དཔེར་ན། མཆན་
 མོ་རྒྱ་བའི་འོད་དཀར་ཅན་ཆོས་ཅན། བྱོད་ལ་ཟླ་བ་ཞེས་པའི་སྒྲས་བརྗོད་དུ་ཅུང་
 གྲེ། ཀུན་གྱི་རྟོགས་ཡུལ་ན་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

༢ ཡིད་ཆེས་གྱི་རྟགས་ཡང་དག་ནི། དབྱེད་གསུམ་གྱིས་དག་པའི་ལུང་གི་གཏན་
 ཆེགས་ཡིད་ཆེས་གྱི་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཆན་ཉིད། དཔེར་ན། སྒྱིན་པས་ལོངས་
 སྟོང་ཁྲིམས་གྱིས་བདེ་ཞེས་པ་དེ་ཆོས་ཅན། མི་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ཏེ། སངས་རྒྱས་གྱི་
 གསུངས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཡང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཆོས་ཅན། མ་འོངས་པའི་སངས་རྒྱས་ཡིན་ཏེ།
 རྒྱུད་སྒྲ་མ་ལས། བདེ་གཤེགས་སྟིང་པོས་འགོ་བ་ཡོངས་ལ་བྱབ། །འགོ་བ་འདི་
 དག་མ་ལུས་སངས་རྒྱས་རྒྱ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

ས་བཅད་ལྔ་པ། འཇུག་རྒྱལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་བ།

༡ མཐུན་སྟོགས་ལ་བྱབ་བྱེད་དུ་འཇུག་པའི་རྟགས་ཡང་དག་ནི། རྟགས་ཡང་
 དག་གང་ཞིག །གང་ལ་རྟགས་སུ་སྔོང་བའི་རྒྱལ་བས་མཐུན་སྟོགས་མཐའ་དག་
 ལ་འགོད་རྒྱལ་དང་། མཐུན་པར་ངེས་པ་མཐུན་སྟོགས་ལ་བྱབ་བྱེད་དུ་འཇུག་པའི་
 རྟགས་ཡང་དག་གི་མཆན་ཉིད། དཔེར་ན། སྒྲ་ཆོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། བྱས་པའི་
 ཕྱིར། ལྟ་བུ། རྟགས་བྱས་པ་དེ་བསྐྱབ་བྱ་མི་རྟག་པ་ལ་བྱབ་བྱེད་དུ་འཇུག་པ་ཡིན་
 ཏེ། བྱས་པ་དང་མི་རྟག་པ་གཉིས་པན་རྒྱུན་ཡིན་བྱབ་མཉམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ།

༢ མཐུན་སྟོགས་ལ་རྣམ་གཉིས་སུ་འཇུག་པའི་རྟགས་ཡང་དག་ནི། རྟགས་ཡང་
 དག་གང་ཞིག །གང་ལ་རྟགས་སུ་སྔོང་བའི་རྒྱལ་བས་མཐུན་སྟོགས་མཐའ་དག་ལ་
 འགོད་རྒྱལ་དང་། མཐུན་པར་མ་ངེས་པ་མཐུན་སྟོགས་ལ་རྣམ་གཉིས་སུ་འཇུག་

པའི་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཆན་ཉིད། དཔེར་ན། རུ་ལྷན་ལ་ལ་ཆོས་ཅན། མེ་ཡོད་
དེ། རུ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ལྷ་བྱ། འདི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་ནམ་གཉིས་སུ་འཇུག་པ་
ཡིན་ཏེ། མེད་ཡོད་ན་རུ་བ་ཡོད་པས་མ་ཁྲབ་ལ་མེད་པས་ཀྱང་མ་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར་
ཏེ། མགར་ཁང་ནང་གི་སོལ་མེད་མར་ལྷང་ངེ་བ་དེ་ལ་རུ་བ་མེད་པ་དང་། དེར་
རུས་སྒྲིག་ཐབ་ཀྱི་ལྷགས་སྐྱད་སྐྱེད་རུ་མེད་མར་ལྷང་ངེར་བ་དེ་དག་ལ་རུ་བ་མེད་
པ་ལྷ་བྱ། འོན་ཀྱང་རྟགས་རུ་བ་དེ་ཡོད་ན་མེ་ཡོད་པས་ཁྲབ་སོ། །

ས་བཅད་བྱུག་པ། རྒྱལ་བའི་སྒྲིག་པ་དབྱེ་བ།

༡ རང་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ནི་། རྒྱལ་བའི་སྒྲིག་པ་ཕྱི་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་བའི་སྐོད་
བཀོད་པའི་ཚུལ་གསུམ་ཆང་བ། རང་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཆན་
ཉིད། འདིའི་དོན་མདོར་བསྟུན་ན། རྒྱལ་བའི་རྟགས་ཡང་དག་གང་ཞིག །ཚོད་དག་
བཀོད་ལུལ་ཕྱི་རྒྱལ་མེད་པ། རང་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཆན་ཉིད།
དཔེར་ན། རུ་བ་ཡོད་པའི་རྟགས་ལ་བརྟེན་ནས་མེ་ཡོད་པར་རང་གིས་རྟགས་པ་
ལས། གཞན་གྱིས་རུ་བ་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་མེ་ཡོད་པ་གསལ་བཤད་བྱས་
ནས་རྟགས་པ་མ་ཡིན་པ་ལྷ་བྱ།

༢ གཞན་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ནི་། རྒྱལ་བའི་སྒྲིག་པ་ཕྱི་རྒྱལ་བའི་སྐོད་
བཀོད་པའི་ཚུལ་གསུམ་ཆང་བའི་གཏན་ཆོགས་གཞན་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་
དག་གི་མཆན་ཉིད། ཡང་ན། རྒྱལ་བའི་རྟགས་ཡང་དག་གང་ཞིག །ཚོད་ཀྱི་རྟགས་གྱིས་
དེ་རྒྱལ་བའི་སྐོད་ཡང་དག་ཡོད་པ་དེ། གཞན་དོན་སྐབས་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་གི་
མཆན་ཉིད། དཔེར་ན། རྒྱ་མི་རྟག་པ་ཡིན་མིན་ཤེས་འདོད་ཅན་གྱི་སྐོད་ཡང་
དག་གི་དོར། དཔལ་ལྷན་ཆོས་གྲགས་གྱིས། རྒྱ་ཆོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། བྱས་པའི་
ཕྱིར། ཞེས་བཀོད་པ་ལྷ་བྱ། འདིར་སྐོད་ལ་ཤེས་འདོད་ཡོད་པ་དང་། རྒྱལ་
བའི་སྐོད་ཤེས་ཟིན་པ་ཡིན་པའི་སྒྲིག་པ་ཅན་ཞིག་དགོས་སོ། །

① རྒྱལ་བའི་སྐོད་ 原告

② ཕྱི་རྒྱལ་བའི་སྐོད་ 被告

ས་བཅད་བརྟན་པ། འབྲེལ་པའི་སྒྲི་ནས་དབྱེ་བ།

༡ རོ་སོ་བདག་གཅིག་གི་འབྲེལ་པ་ནི། དང་སྟོ། དངོས་འབྲེལ་བདག་གཅིག་འབྲེལ་གྱི་དཔེར། སྒྲ་ཚུལ་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། བྱས་པའི་ཕྱིར། ལྟ་བུ།

གཉིས་པ། ལྟོག་འབྲེལ་བདག་གཅིག་འབྲེལ་གྱི་དཔེར། ཤིང་མེད་པའི་བྲག་རྩོང་ན་ཚུལ་ཅན། རྒྱག་པ་མེད་དེ། ཤིང་མེད་པའི་ཕྱིར། ལྟ་བུ། སྒྱི་མེད་པས་བྱེ་བྲག་མེད་པར་བརྟུབ་པ་ལྟ་བུ།

༢ དེ་ལས་དེ་བྱུང་གི་འབྲེལ་པ་ནི། དང་སྟོ། དངོས་འབྲེལ་དེ་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་དཔེར། ཏུ་ལྡན་ལ་ལ་ཚུལ་ཅན། མེ་ཡོད་དེ། ཏུ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ལྟ་བུ།

གཉིས་པ། ལྟོག་འབྲེལ་དེ་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་དཔེར། མེ་མེད་མཚན་མོའི་རྒྱ་མཚོར་ཚུལ་ཅན། ཏུ་བ་མེད་དེ། མེ་མེད་པའི་ཕྱིར། ལྟ་བུ། རྒྱ་མེད་པས་འབྲས་བུ་མེད་པ་བརྟུབ་པ་ལྟ་བུའོ།

ས་བཅད་བརྟན་པ། རྟགས་ཀྱང་འགོད་བྱའི་སྒྲི་ནས་དབྱེ་བ།

༡ མེད་དགག་རྟགས་སུ་སོང་བ་ནི། མེ་མེད་མཚན་མོའི་རྒྱ་མཚོར་ཚུལ་ཅན། ཏུ་བ་མེད་དེ། མེ་མེད་པའི་ཕྱིར། ལྟ་བུ། རྟགས་མེད་པས་བརྟུབ་བྱ་མེད་པ་རྟུབ་པ་ལྟ་བུ།

༢ རྟུབ་པ་རྟགས་སུ་སོང་བ་ནི། སོལ་མེ་དྲག་ཏུ་འབར་བའི་མགར་ཚང་ན་ཚུལ་ཅན། གྲང་རིག་མེད་དེ། སོལ་མེས་བྱུབ་པའི་ཕྱིར། ལྟ་བུ། རྟགས་དེ་ཡོད་པས་དགག་ཚུལ་མེད་པར་རྟུབ་པ་ལྟ་བུའོ།

ས་བཅད་དབྱེ་བ། རྟགས་འགོད་རྒྱལ་གྱི་སྒྲི་ནས་དབྱེ་བ།

༡ ཡིན་པ་འགོད་པའི་རྟགས་ནི། སྒྲ་ཚུལ་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། བྱས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ལྟ་བུ།

༢ ཡོད་པ་འགོད་པའི་རྟགས་ནི། ཏུ་ལྡན་གྱི་ལ་ལ་ཚུལ་ཅན། མེ་ཡོད་དེ། ཏུ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ལྟ་བུ།

༣ མེད་པ་འགོད་པའི་རྟགས་ནི། གངས་ཏི་སེའི་རི་རྩེར་ཚུལ་ཅན། རྒྱག་

པའི་སྒྲིབ་པ་མེད་དེ། ཤིང་སྒྲིབ་མེད་པའི་ཕྱིར།

ཡང་ན། རི་བོང་རྩ་ཚོས་ཅན། ཏུ་མ་མེད་དེ། གཅིག་མེད་པའི་ཕྱིར། ལྟ་བུའོ།

༤ མིན་པ་འགོད་པའི་རྟགས་ནི། སྒྲིབ་ཚན་གྱི་སྒྲིབ་མེད་མ་ཡིན་
ཏེ། མིག་ཤེས་ཀྱིས་གཟུང་བྱ་མིན་པའི་ཕྱིར། ལྟ་བུའོ།

ས་བཅད་བརྩུ་པ། བརྒྱུད་འདོད་ཀྱི་སྒྲིབ་ནས་དབྱེ་བ།

༡ དངོས་སུ་བརྒྱུད་པའི་གཏན་ཚིགས་ནི། སྒྲིབ་ཚན་གྱི་མི་རྟག་སྟེ། བྱས་
པའི་ཕྱིར། ལྟ་བུ།

༢ རྟགས་ལ་བརྒྱུད་པའི་གཏན་ཚིགས་ནི། རང་འབྲས་ཅིག་ཅར་སྐྱེད་པ་མ་
ཡིན་ཏེ། རྒྱུན་ལ་ལྟོས་ནས་འབྲས་སུ་སྐྱེད་པའི་ཕྱིར། ལྟ་བུ།

༣ ཚོས་བརྒྱུད་པའི་གཏན་ཚིགས་ནི། མི་རྟག་པ་ལས་དོན་གཞན་མ་ཡིན་ཏེ།
བྱས་པའི་ཕྱིར། ལྟ་བུ།

༤ ཚོས་ཅན་བརྒྱུད་པའི་གཏན་ཚིགས་ནི། ཡོད་དེ། བྱས་པའི་ཕྱིར། ལྟ་བུའོ།
འདིར་སྒྲིབ་ནས་དབྱེ་བ་ཞེས་པ་ནི་དབྱེ་གཞི་གཅིག་ལ་སྐབས་ཐོབ་ཀྱི་དབྱེ་སྒྲིབ་
མ་འབྱེད་ཚུགས་པའི་དོན་ཡིན་པ་ལས་དབྱེ་བ་མཚན་ཉིད་པ་མིན་པ་ཤེས་དགོས།
དཔེར་ན། དབྱེ་གཞི་གང་ཟག་བཟྱ་ཤིས་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་མཚོན་ན། མི་རིགས་ཀྱི་སྒྲིབ་
ནས་དབྱེ་བ་བོད་རིགས་ཡིན་པ། སོ་མོའི་སྒྲིབ་ནས་དབྱེ་བ་སྐྱེས་པ་སོ་ཡིན་པ། ལས་
རིགས་ཀྱི་སྒྲིབ་ནས་དབྱེ་བ་དགེ་ཆན་ཡིན་པ། རྒྱ་མེད་ཀྱི་སྒྲིབ་ནས་དབྱེ་བ་མི་རྒྱ་ཡིན་
པ། བ་ཚོད་ཀྱི་སྒྲིབ་ནས་དབྱེ་བ་གཞོན་ནུ་ཡིན་པ། ལོ་གནས་ཀྱི་སྒྲིབ་ནས་དབྱེ་བ་
སྒྲིབ་སྒྱི་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་དབྱེ་གཞི་མི་གཅིག་གི་སྟེང་ཏུ་དབྱེ་བ་མང་སོ་ཞིག་སྟེ་ཚུགས་
པ་ལྟ་བུ་རེད།

བསྐྱར་སྒྱུར་གི་ཁ་བྱང་།

- ༡ རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་གིས།
- ༢ འབྲས་རང་མ་དམིགས་པའི་གསུམ་ཞེས་པ་གང་ཡིན།
- ༣ འབྲས་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་གིས།
- ༤ འབྲས་རྟགས་ལ་རིགས་བཞི་ཡོད་པ་གང་གང་ཡིན།
- ༥ འབྲས་རྟགས་མོ་མོའི་དཔེར་བརྗོད་གསར་པ་རེ་གིས།
- ༦ རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་གིས།
- ༧ རང་བཞིན་དག་པ་བ་དང་། བྱད་པར་སྒྲིབ་པ་བ་གཉིས་ཀྱི་མོ་དོན་གང་གིས།
- ༨ མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་གིས།
- ༩ ལྷང་རུང་མ་དམིགས་པ་དང་། མི་ལྷང་བ་མ་དམིགས་པ་གཉིས་ལ་རྩ་བའི་བྱད་པར་གང་།
- ༡༠ ལྷང་རུང་མ་དམིགས་པའི་དཔེ་བཞི་གང་ཡིན།
- ༡༡ ཆ་རེག་སྒྲོར་བཞིས་གྲང་རེག་བཞི། །བཀག་པ་ཞེས་པའི་དོན་གང་ཡིན་གིས།
- ༡༢ མེ་རྩ་རྩས་པ་ཐོགས་མེད་དེ་མེ་མིན་པའི་རྩ་མཚན་གང་ཡིན།
- ༡༣ ཤེས་པར་གྱུར་པའི་ལྷན་ཞིག་མི་གནས་འགལ་གྱི་དཔེར་བརྗོད་གསར་པ་གིས།
- ༡༤ སྒྲིག་ཆགས་སུ་གྱུར་པའི་ལྷན་ཞིག་མི་གནས་འགལ་གྱི་དཔེར་བརྗོད་ཅིག་གིས།
- ༡༥ ཕན་ཚུན་སྤངས་འགལ་ཞེས་པའི་དོན་གང་འགྲེལ་བཤད་ཅིག་གིས།
- ༡༦ མི་ལྷང་བ་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡང་དག་གི་དཔེར་བརྗོད་འགལ་ཞིག་གིས།

སློབ་ཚན་བཞི་པ།

རྟགས་ལྟ་སྒྲུབ་དང་བྱེད་པ་སློབ་བྱུང་བཤད་པ།

རྟགས་ལྟ་སྒྲུབ་བཤད་པ་ལ། 《རིགས་གཉིས་》 ལས།

རྟགས་གང་ཚུལ་གསུམ་མ་གྲུབ་པ། །

ཞེས་པའི་དོན་ནི། རྟགས་སུ་བཀོད་པ་གང་ཞིག་ཚུལ་གསུམ་མ་ངེས་པ་རྟགས་
ལྟ་སྒྲུབ་གི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན་མ་གྲུབ་པ་དང་། མ་ངེས་པ། འགལ་
བའི་རྟགས་ལྟ་སྒྲུབ་གསུམ་མོ། ཚད་མ་སྒྲ་རབས་དང་ཕྱི་རབས་པ་གང་ཡིན་
ཡང་བོད་ཀྱི་ཚད་མའི་རིག་གཞུང་ལུགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་དུ་རྟགས་ཡང་དག་
དང་། རྟགས་ལྟ་སྒྲུབ་གི་དཔེར་བཞིན་རྣམས་པལ་ཆེར་ཚད་མ་རྣམ་འགྲེལ་
ནང་གི་དཔེར་བཞིན་རྣམས་ཡང་བསྐྱར་དུ་བཀོད་པ་ལས། འགྲེལ་པ་པོ་རྣམས་
ཀྱིས་རང་གི་དཔེར་བཞིན་གསར་དུ་བཀོད་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་ཁྱུང་། །གཤམ་གྱི་དཔེར་
བཞིན་རྒྱུ་པ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རྣམ་འགྲེལ་ལོགས་སྐྱུ་གར་གྱི་ཚད་མའི་རིག་
གཞུང་རྣམས་ཀྱི་དཔེར་བཞིན་ཡིན་འདུག དེས་ན་ཁོ་བོས་སློབ་སྟོན་གསར་བུའི་
སློབ་མ་རྣམས་ལ་ཕན་པའི་རེ་དང་བཅས་ཏེ་འགྲེལ་བཤད་དང་སྒྲགས་ཏེ་དཔེར་
བཞིན་གསར་པ་གང་འཆམས་རེ་བཀོད་ཡོད།

ས་བཅད་དང་མོ། མ་གྲུབ་པའི་རྟགས་བཤད་པ།

རྟགས་སུ་བཀོད་པ་གང་ཞིག །རྟགས་ཤེས་འདོད་ལ་འགོད་ཚུལ་ལྟར་མེད་པ།
མ་གྲུབ་པའི་རྟགས་ལྟ་སྒྲུབ་གི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན་གསུམ་སྟེ། 《རིགས་
གཉིས་》 ལས།

སྟོགས་ལ་རྟགས་མེད་མ་གྲུབ་པ། །

སྟོགས་ཚོས་དོན་ནི་སློབ་པ་ལ། །

མི་གནས་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་ཡིན། །

སྤྱགས་རེའམ་ཚོལ་བ་ནམ་གཉིས་ལ།

མ་གྲུབ་ནམ་པ་སྤྱི་བཤད།

ཞེས་པའི་དོན། སྤྱགས་ཚོས་ལ་ལྟོས་ནས་མ་གྲུབ་པ་དང་། སྤྱོད་པ་ལ་ལྟོས་
ནས་མ་གྲུབ་པ་དང་། ཚོལ་བ་ལ་ལྟོས་ནས་མ་གྲུབ་པ་སྤྱི་གསུམ་ཡིད། ཅེས་སོ།

གཅིག་སྤྱགས་ཚོས་དོན་ལ་མ་གྲུབ་པ།

- ① རྟགས་ཀྱིས་དོ་བོ་མེད་ནས་མ་གྲུབ་པའི་གཏན་ཚིགས། སྤྱི་བཤད་ཚོས་ཅན།
སྤྱག་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། རི་བོང་རྩ་སྤྱག་པའི་སྤྱིར། ② ཚོས་ཅན་གྱི་དོ་བོ་མེད་
ནས་མ་གྲུབ་པའི་གཏན་ཚིགས། རི་བོང་རྩ་ཚོས་ཅན། མི་རྟག་སྤྱི། བྱས་པའི་སྤྱིར།
ཞེས་བཤོད་པའི་ཆོ་བ་དེ་ལྟ་བུའོ། ③ རྟགས་ཚོས་ཐ་དད་མེད་ནས་མ་གྲུབ་པའི་
གཏན་ཚིགས། སྤྱི་བཤད་ཚན། མི་རྟག་སྤྱི། མི་རྟག་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ④ གཞི་
རྟགས་ཐ་དད་མེད་ནས་མ་གྲུབ་པའི་གཏན་ཚིགས། སྤྱི་བཤད་ཚན། མི་རྟག་སྤྱི། སྤྱི་
ཡིན་པའི་སྤྱིར། ⑤ གཞི་ཚོས་ཐ་དད་མེད་ནས་མ་གྲུབ་པའི་གཏན་ཚིགས། སྤྱི་
ཚོས་ཅན། སྤྱི་ཡིན་ཏེ། བྱས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ⑥ རྟགས་ཚོས་ཅན་གྱི་སྤྱི་བཤད་དུ་
འགོད་ཚུལ་དང་མཐུན་པར་མེད་ནས་མ་གྲུབ་པའི་གཏན་ཚིགས། སྤྱི་བཤད་ཚན།
མི་རྟག་སྤྱི། མིག་ཤེས་ཀྱི་བཟུང་བྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ⑦ ཚོས་ཅན་གྱི་སྤྱགས་གཅིག་
རྟགས་ལ་མེད་ནས་མ་གྲུབ་པའི་གཏན་ཚིགས། ལྟོས་ཤིང་ཚོས་ཅན། སེམས་ལྟན་
ཡིན་ཏེ། མཚན་མོ་ལོ་མ་འབྱུངས་ནས་ཉལ་པའི་སྤྱིར། ཞེས་བཤོད་པ་ལྟ་བུའོ། ⑧
རྟགས་ཀྱི་སྤྱགས་གཅིག་ཚོས་ཅན་ལ་མ་ཆང་པས་མ་གྲུབ་པའི་གཏན་ཚིགས། རྩ་
བ་གཉིས་སྤྱང་གི་སྤྱོད་ཚོས་ཅན། མངོན་སྲུང་ཡིན་ཏེ། རྟག་བྲལ་མ་འབྱུངས་པ་ཡིན་
པའི་སྤྱིར། ལྟ་བུར་རྩ་བ་གཉིས་སྤྱང་གི་སྤྱོད་ལ་རྟགས་བྱུར་དང་པོ་རྟག་བྲལ་གྲུབ་
ཀྱང་། མ་འབྱུངས་པ་མ་གྲུབ་པ་ལྟ་བུ། ཡང་། དཔེར་ན། བེ་ཙྰ་ཚོས་ཅན། མི་
ཡིན་ཏེ། སྤྱི་ཤེས་དོན་གོ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ལྟ་བུ། བེ་ཙྰ་ལ་རྟགས་བྱུར་དང་པོ་སྤྱི་
ཤེས་གྲུབ་ཀྱང་། བྱུར་གཉིས་པ་དོན་གོ་མ་གྲུབ་པའོ།

གཉིས། གྲོ་ལ་ལྟོས་ནས་མ་གྲུབ་པའི་གཏན་ཚིགས།

① རྟགས་ཀྱི་ངོ་བོ་ལ་ཐེ་ཚོམ་བྲན་མ་གྲུབ་པའི་གཏན་ཚིགས། ཤ་བྱ་བསྐྱལ་
 དོན་རྒྱ་སོང་བའི་གང་ཟག་གི་ངོར། སྒྲ་ཚོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། ཤ་བྱའི་ཚད་མའི་
 གཞལ་བྱ་ཡིན་པའི་སྟེར། ཞེས་བཀོད་པའི་ཚེ་ན་དེ་ལྟ་བུའོ། ཡང་། དཔེར་བཞིན་
 གསར་པ་ཞིག་འཛོག་ན། དགོན་པའི་མགོན་ཁང་ན་བཀལ་བའི་སྒྱུ་གཟིགས་མེ་
 མདའ་ཚོས་ཅན། མི་མ་ཡིན་གྱིས་བཟོས་པའི་དངོས་པོ་ཡིན་ཏེ། ཐེུ་རང་མགར་
 བས་བརྟུངས་པ་ཡིན་པའི་སྟེར། ཞེས་པ་སྒྲུབ་བྱེད་ཀྱི་རྟགས་ཐེུ་རང་གི་དམིགས་
 ལ་ཐེ་ཚོམ་མ་ཚད་པ་ལྟ་བུ། ② ཚོས་ཅན་ཀྱི་ངོ་བོ་ལ་ཐེ་ཚོམ་བྲན་མ་གྲུབ་པའི་
 གཏན་ཚིགས། དྲི་བྱ་བསྐྱལ་དོན་རྒྱ་སོང་བའི་གང་ཟག་གི་ངོར། དྲི་བྱའི་སྒྲུ་
 དབྱངས་ཚོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། བྱས་པའི་སྟེར། ཞེས་བཀོད་པའི་ཚེ་ན་དེ་ལྟ་བུའོ།
 དཔེར་བཞིན་གསར་པ་ཞིག་འཛོག་ན། གངས་སང་གི་འོ་མ་ཚོས་ཅན། རྟོབས་
 སྒྱེད་ཀྱི་སྒྲུ་ཡིན་ཏེ། རོ་མངར་བ་ཡིན་པའི་སྟེར། ③ རྟགས་དང་ཚོས་ཅན་
 གཉིས་ཀ་ལ་ཐེ་ཚོམ་བྲན་མ་གྲུབ་པའི་གཏན་ཚིགས། ཆ་བྱ་གང་ན་ཡོད་མི་ཤེས་
 པའི་གང་ཟག་གི་ངོར་རི་སུལ་གསུམ་གྱི་དབྱས་མ་ན་ཚོས་ཅན། ཆ་བྱ་ཡོད་དེ། ཆ་
 བྱས་སྒྲ་སྒྲོགས་པའི་སྟེར། ཞེས་བཀོད་པའི་ཚེ་ན་དེ་ལྟ་བུའོ། ཡང་། དཔེར་བཞིན་
 གསར་པ་ཞིག་འཛོག་ན། ཐང་ན་ཉལ་ཡོད་གཡག་རྒྱན་ཚོས་ཅན། བད་ཡོད་དེ།
 ཟུག་ཏུ་ཡོད་པའི་སྟེར། ལྟ་བུ་གཡག་རྒྱན་དེ་ཉལ་ཡོད་པས་བད་ཡོད་པ་འདྲ་བ་
 ཅིམ་ལས། རྟགས་ཟུག་ཏུ་དང་། བསྒྲུབ་བྱའི་ཚོས་ནད་གཉིས་ཀ་ཡོད་མེད་མ་
 དེས་པ་ལྟ་བུའོ། ④ ཤེས་འདོད་ཚོས་ཅན་སྒྱུ་མེད་མེད་ནས་མ་གྲུབ་པའི་གཏན་
 ཚིགས། དཔལ་ལྷན་ཚོས་གྲགས་ཀྱི་ངོར། སྒྲ་ཚོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། བྱས་པའི་སྟེར།
 ཞེས་བཀོད་པའི་ཚེ་ན་དེ་ལྟ་བུའོ། ཤེས་བློ་པ་ལ་ཡང་བསྐྱར་ངོ་སྟོན་མི་དགོས་
 ཏེ། དཔལ་ལྷན་ཚོས་གྲགས་ཀྱིས་སྒྲ་མི་རྟག་པ་ཡིན་པ་ཤེས་བློ་པ་ཡིན་སྟབས་
 དེ་ལ་བྱས་རྟགས་ཀྱིས་སྒྲ་མི་རྟག་པར་བསྒྲུབ་པ་ནི་ཤེས་འདོད་ཚོས་ཅན་མ་གྲུབ་
 པའི་གཏན་ཚིགས་ཡིན། དཔེར་བཞིན་གསར་པ་ཞིག་འཛོག་ན། དགའ་ལྷན་གྱི་
 པའི་ངོར། མ་ཁི་ཚོས་ཅན། བྱིན་ལྷན་གྱི་རིགས་སྟགས་ཡིན་ཏེ། སྒྱུ་རས་

གཟིགས་ཀྱི་གཟུངས་སྤགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་བརྗོད་ན་དགའ་ལྡན་གྱི་པ་དེ་
 ཤེས་འདོད་ཆོས་ཅན་སྒྲིན་མེད་མ་གྲུབ་པའི་སྒྲོ་ཅན་ཡིན་ཏེ། དེས་མ་ཁི་སྒྲིན་རས་
 གཟིགས་ཀྱི་གཟུངས་སྤགས་ཡིན་མིན་ཤེས་འདོད་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཤེས་ཟིན་
 པའི་ཕྱིར། ཡང་། ཨ་རག་ཆོས་ཅན། སྒྲོ་བྱེད་ཡིན་ཏེ། མང་པོ་འཁུང་ན་བཟི་བའི་
 ཕྱིར། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཨ་རག་འཁུང་ན་བཟི་བ་མི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཤེས་པས་བསྐྱབ་
 མི་དགོས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་པས། སྒྲོ་ལ་ལྟོས་ནས་ཤེས་འདོད་ཆོས་ཅན་སྒྲིན་མེད་མ་
 གྲུབ་པའི་གཏན་ཆོག་ཡིན་ནོ། །

གསུམ། རྒྱལ་བ་ལ་ལྟོས་ནས་མ་གྲུབ་པའི་གཏན་ཆོག་སྤྲུལ།

① སྒྲོ་རྒྱལ་ལ་ལྟོས་ནས་མ་གྲུབ་པའི་གཏན་ཆོག་སྤྲུལ། ལྷ་སྤྲེགས་གྲངས་ཅན་
 པས་སངས་རྒྱས་པའི་ངོར། སྒྲོ་བདེ་ཆོས་ཅན། སེམས་མེད་ཡིན་ཏེ། སྒྲོ་བ་ཅན་
 ན་མ་མི་རྟག་པའི་ཕྱིར། ཞེས་བཀོད་པའི་ཆོ་ན་དེ་རྒྱལ་བ་རང་ཉིད་ལ་མ་གྲུབ་པ་
 ཡིན་ཏེ། གྲངས་ཅན་པས་སྒྲོ་སྒྲོ་བ་ཅན་ན་མ་མི་རྟག་པ་ཡིན་པར་མི་འདོད་དོ།
 དཔེར་བརྗོད་གསར་པ་ཞིག་འགོད་ན། བོད་མི་ཞིང་པས་རྒྱ་རིགས་ངོར། ལྷག་
 མའི་མེ་ཏོག་ཆོས་ཅན། མཆོད་པའི་རྣམས་ཡིན་ཏེ། བཟླ་ཤིས་པའི་རྣམས་ཡིན་པའི་
 ཕྱིར། ལྟ་བུ་བོད་མི་ནམས་ཀྱིས་ལྷག་མའི་མེ་ཏོག་བཟླ་ན་ལོ་མི་ལེགས་པའི་ལྷས་
 སུ་ངོས་འཛིན་སྒྲོལ་ཡོད་པས་དེ་བཟླ་ཤིས་པའི་རྣམས་ཡིན་པ་མ་གྲུབ་པ་ལྟ་བུ། ②
 སྒྲོ་རྒྱལ་ལ་ལྟོས་ནས་མ་གྲུབ་པའི་གཏན་ཆོག་སྤྲུལ། གཙེར་བུ་པས་སངས་རྒྱས་པའི་
 ངོར། སྒྲོན་ཤིང་ཆོས་ཅན། སེམས་ལྡན་ཡིན་ཏེ། རྒྱན་པ་བཤུས་ནས་འཆི་བའི་ཕྱིར་
 ཞེས་བཀོད་པའི་ཆོ་ན་དེ་ལྟ་བུའོ། དཔེར་བརྗོད་གསར་པ་ཞིག་འགོད་ན། རྒྱ་
 རིགས་ཤིག་གིས་བོད་མིའི་ངོར། སྒྲལ་པའི་ཤ་ཆོས་ཅན། དིན་གོང་ཆེན་པོ་ཡིན་
 ཏེ། བཅུད་ལྡན་གྱི་ཟས་མཆོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ལྟ་བུ། བོད་མིའི་ངོར་སྒྲལ་པའི་ཤ་
 བཟའ་བུང་ཡིན་པ་མ་གྲུབ་པ་ལྟ་བུ།

ས་བཅད་གཉིས་པ། མ་ངེས་པའི་རྟགས་བཤད་པ།

མ་ངེས་པའི་གཏན་ཆོག་སྤྲུལ་ལ་མཆོན་ཉིད། 《རིགས་གཉིར་》 ལས།

མ་ངེས་ཐེ་ཚོམ་བསྐྱེད་པའི་རྟགས།

ཞེས་པའི་དོན་ནི། རྟགས་ཚོས་བྱུང་ཅིང་བྱུང་པ་ལ་ཐེ་ཚོམ་བསྐྱེད་པའི་རྟགས་
མ་ངེས་པའི་མཚན་ཉིད། ཚད་མ་སྤྱར་བས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བརྗོད་ཚུལ་ལ། དེ་
སྤྱོད་ཀྱི་རྟགས་ཚོས་གང་ཞིག སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་སྤྱོད་ཀྱི་རྟེན་སྤྱོད་
ལྟོག་གི་བྱུང་པར་རྣལ་མར་ཡང་མ་ངེས། བྱུང་པར་བྱིན་ཅི་ལྟོག་ཏུ་ཡང་མ་ངེས་
པ་དེ། དེ་སྤྱོད་ཀྱི་མ་ངེས་པའི་གཏན་ཚིགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད།

གཅིག ། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མ་ངེས་པའི་གཏན་ཚིགས།

《རིགས་གཉིས་》 ལས།

རྟགས་ལས་གཞན་ལ་མ་བྱུང་པ། །

ཐུན་མོང་མ་ཡིན་དབྱེན་བཞི། །

ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་ནི། ཤེས་འདོད་ཚོས་ཅན་ལས་གཞན་མཐུན་རྟགས་
དང་མི་མཐུན་རྟགས་གཉིས་ཀ་ལ་མ་མཐོང་ནས་བྱུང་པ་ལ་ཐེ་ཚོམ་བསྐྱེད་པ་ཐུན་
མོང་མ་ཡིན་པའི་མ་ངེས་པའི་གཏན་ཚིགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེན་བཞི་
ཡོད་དོ། ① རྟགས་རྟགས་གཉིས་ཀ་ལ་མེད་ནས་མ་མཐོང་བ། སྤྱི་ཚུལ་ཅན་
མི་རྟག་སྟེ། མཉན་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ལྟ་བུ་མཉན་བྱ་དེ་མི་རྟག་པ་དང་། རྟག་
པ་གཉིས་ཀ་ལ་མ་མཐོང་བ་ལྟ་བུ། ཉན་བྱ་སྤྱོད་ལ་ཡོད་པས་རྟགས་ཚོས་ལ་བྱུང་
ཀྱང་། མཐུན་རྟགས་དང་མི་མཐུན་རྟགས་གཉིས་ཀ་ལ་མ་མཐོང་བས་བྱུང་པ་ལ་
ཐེ་ཚོམ་སྐྱེ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན། ② གཉིས་ཀ་ལ་ཡོད་ཀྱང་མ་མཐོང་བ། རྟེན་སྤྱོད་འདི་
ཚོས་ཅན། ལྟ་ལས་ཆོ་འཕྲོགས་པ་ཡིན་ཏེ། མིག་དང་ལྟ་པའི་ཕྱིར། མིག་ལྟ་ལྟ་
ལས་ཆོ་འཕྲོགས་པ་དང་། མ་འཕྲོགས་པ་གཉིས་ཀ་ལ་ཡོད་ཀྱང་མ་མཐོང་ནས་བྱུང་པ་
ལ་ཐེ་ཚོམ་སྐྱེ་བ་ལྟ་བུ། ③ མཐུན་རྟགས་ལ་ཡོད་ཀྱང་མ་མཐོང་བ། སྤྱི་ཚུལ་
ཅན། མི་རྟག་སྟེ། བྱས་པའི་ཕྱིར། རིག་བྱེད་ཀྱི་སྤྱོད་བཞིན་ནོ། བྱས་པའི་མཐུན་
རྟགས་མི་རྟག་པ་ལ་ཡོད་ཀྱང་། མཐུན་དཔེ་རིག་བྱེད་ཀྱི་སྤྱོད་མ་མཐོང་བས་བྱུང་པ་
ལ་ཐེ་ཚོམ་སྐྱེ་བ་ལྟ་བུ། ④ མི་མཐུན་རྟགས་ལ་ཡོད་ཀྱང་མ་མཐོང་བ། གང་བྱས་
པ་ཚོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། རིག་བྱེད་བཞིན། བཅ་མཁའ་ནི་མ་བྱས་སོ། མི་མཐུན་

སྟོགས་ཀྱི་པ་ལ་ནམ་མཁའ་ཀྱི་པ་ཡོད་ཀྱང་། རིག་བྱེད་ཀྱི་པ་མ་མཐོང་བས་
ཁྱབ་པ་ལ་ཐེ་ཚོམ་སྤྱི་བ་ལྟ་བུ།

གཉིས། ཐུན་མོང་བའི་མ་ངེས་པའི་གཏན་ཚིགས།

《རིགས་གཏེར་》ལས།

སྟོགས་ལས་གཞན་འཇུག་ཐུན་མོང་བ། །

དབྱེ་ན་དངོས་དང་ལྟག་ལུན་གཉིས། །

ཞེས་པའི་དོན་ནི། སྟོགས་ཚོས་ཤེས་འདོད་ཚོས་ཅན་ལས་གཞན་མཐུན་སྟོགས་
དང་མི་མཐུན་སྟོགས་གང་རུང་ལ་མཐོང་ནས་ཁྱབ་པ་ལ་ཐེ་ཚོམ་བསྐྱེད་པ། ཐུན་
མོང་གི་མ་ངེས་པའི་རྟགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན་དངོས་ཀྱི་མ་ངེས་པ་
དང་། ལྟག་ལུན་གྱི་མ་ངེས་མ་གཉིས་ཡོད།

(1) དངོས་ཀྱི་མ་ངེས་པ། དེའི་མཚན་ཉིད་ནི། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

གཉིས་ཀ་ལ་མཐོང་བསྐྱེད་མི་ཚད། །

མཐུན་སྟོགས་དང་མི་མཐུན་སྟོགས་གཉིས་ཀ་ལ་མཐོང་ནས་ཁྱབ་པ་ལ་ཐེ་ཚོམ་
བསྐྱེད་པ་དངོས་ཀྱི་མ་ངེས་པའི་མཚན་ཉིད། ① གཉིས་ཀ་ལ་ཁྱབ་པར་མཐོང་
བ། སྒྲ་ཚོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། གཞལ་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ② མཐུན་སྟོགས་ལ་
ཁྱབ་པར་མཐོང་བ། སྒྲ་ཚོས་ཅན། ཚུལ་བ་ལས་བྱུང་སྟེ། མི་རྟག་པའི་ཕྱིར། ལྟ་
བུ། ③ མི་མཐུན་སྟོགས་ལ་ཁྱབ་པར་མཐོང་བ། སྒྲ་ཚོས་ཅན། ཚུལ་བ་ལས་
མ་བྱུང་སྟེ། མི་རྟག་པའི་ཕྱིར། ལྟ་བུ། ④ གཉིས་ཀའི་སྟོགས་རེ་ལ་མཐོང་བ།
སྒྲ་ཚོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། ལྟས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ལྟ་བུ།

(2) ལྟག་ལུན་གྱི་མ་ངེས་པ། དེ་ལ་ནང་གསེས་ཀྱི་ཡང་དག་ལྟག་ལུན་དང་།
འགལ་བའི་ལྟག་ལུན་གཉིས་སོ།

[ཀ] ཡང་དག་ལྟག་ལུན་གྱི་མཚན་ཉིད། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

ཡང་དག་ལྟག་ལུན་མཐུན་སྟོགས་མཐོང་། །

མི་མཐུན་སྟོགས་ལ་མ་མཐོང་པའོ། །

ཞེས་པའི་དོན་ནི། མཐུན་སྟོགས་ལ་མཐོང་མི་མཐུན་སྟོགས་ལ་མ་མཐོང་

ནས་ཁྱབ་པ་ལ་ཐེ་ཚོམ་བསྐྱེད་པ་ཡང་དག་ལྟ་ལྟ་གི་མཚན་ཉིད། རིགས་གཏེར་རང་འགྲེལ་ལས། སྟགས་ཚོས་གྲུབ། མཐུན་སྟགས་ལ་མཐོང་། མི་མཐུན་སྟགས་ལ་མ་མཐོང་ཡང་བསྐྱོག་པ་མི་ཚོད་པའོ། ཞེས་གསུངས། ① རྟགས་མི་མཐུན་སྟགས་ལ་ཡོད་ཀྱང་མ་མཐོང་བ། ངག་སྟེ་བའི་སྟེས་བུ་འདི་ཚོས་ཅན། ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ངག་སྟེ་བའི་ཕྱིར། ལྟ་བུ། དཔེར་བཞིན་གསར་པ་ཞིག་འཁོད་ན། རྟེན་འབྲུང་མཐུན་གི་གང་ཟག་དེ་ཚོས་ཅན། གྲུབ་ཐོབ་མ་ཡིན་ཏེ། རྟེན་འབྲུང་བའི་ཕྱིར། རྟགས་སྟགས་ཚོས་གི་སྟེང་ཏུ་གྲུབ་སྟེ་ཚོད་གཞི་དེའི་སྟེང་ཏུ་རྟེན་འབྲུང་པ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། མཐུན་སྟགས་ལ་མཐོང་སྟེ་གྲུབ་ཐོབ་མ་ཡིན་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན་རྟེན་འབྲུང་བས་ཁྱབ་པའི་ཕྱིར། མི་མཐུན་སྟགས་ལ་མ་མཐོང་ཡང་རྟེན་འབྲུང་མིན་གི་ཐེ་ཚོམ་མ་ཚོད་པ་ལྟ་བུའོ། ② མི་མཐུན་སྟགས་ལ་མེད་ཀྱང་མི་འགལ་བ། ལྟས་བྱིན་གི་བུ་རྒྱུད་བ་འདི་ཚོས་ཅན། སྟེ་བསངས་མ་ཡིན་ཏེ། ལྟས་བྱིན་གི་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ལྟ་བུ། འདི་ལ་དཔེར་བཞིན་གསར་པ་ཞིག་འཁོད་ན། འོན་ཀྱང་གི་བུ་མོ་ཆེ་བ་ཚོས་ཅན། འཆི་མེད་ལྟ་མོ་མ་ཡིན་ཏེ། འོན་ཀྱང་གི་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ལྟ་བུར་འོན་ཀྱང་གི་བུ་མོ་ཡིན་ན་འཆི་མེད་ལྟ་མོ་མིན་པས་ཁྱབ་ཀྱང་། འཆི་མེད་ལྟ་མོ་མ་ཡིན་ན་འོན་ཀྱང་གི་བུ་མོ་ཡིན་པས་མ་ཁྱབ་པས། མི་མཐུན་སྟགས་ལ་མེད་ཀྱང་མི་འགལ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། ③ འགལ་ཡང་མ་ངེས་པ། བྱས་པ་དང་རྟག་པ་འགལ་བ་ཡིན་པ་མ་ངེས་པའི་གང་ཟག་གི་དོར། དཔེར་ན། གྲོང་གསེབ་ཀྱན་མོའི་དོར། སྟེ་ཚོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། བྱས་པའི་ཕྱིར་ལྟ་བུ།

[[ཁ]] འགལ་བའི་ལྟ་ལྟ་གི་མཚན་ཉིད། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

མི་མཐུན་སྟགས་མཐོང་མཐུན་སྟགས་ལ།

མ་མཐོང་འགལ་བའི་ལྟ་ལྟ་ཡིན།

ཞེས་པའི་དོན་ནི། མི་མཐུན་སྟགས་ལ་མཐོང་། མཐུན་སྟགས་ལ་མ་མཐོང་ནས་ཁྱབ་པ་ལ་ཐེ་ཚོམ་བསྐྱེད་པ་འགལ་བའི་ལྟ་ལྟ་གི་མཚན་ཉིད། རིགས་གཏེར་རང་འགྲེལ་ལས། སྟགས་ཚོས་གྲུབ། མི་མཐུན་སྟགས་ལ་མཐོང་། མཐུན་སྟགས་ལ་མ་མཐོང་ཡང་བསྐྱོག་པ་མི་ཚོད་པའོ། ཞེས་གསུངས། ① མཐུན་སྟགས་ལ་

ཡོད་ཀྱང་མ་མཐོང་བ། སྒྲིམ་བྱ་ཆོས་ཅན། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཡིན་ཏེ། དག་སྒྲུབ་པའི་ཕྱིར། དཔེར་བཞིན་གསར་པ་ཞིག་འདོག་ན། རྒྱུ་འབྱུང་བའི་གང་ཟག་ཆོས་ཅན། སྒྲུབ་ཐོབ་ཡིན་ཏེ། རྒྱུ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། སྒྲུབ་ཐོབ་ལ་རྒྱུ་འབྱུང་བའི་ལས་དེ་ཡོད་ཀྱང་མི་མཐོང་ནས་ཐེ་ཆོམ་མ་ཆོད་པ་ལྟ་བུའོ། ② མཐུན་སྦྱོགས་ལ་མེད་ཀྱང་མི་འགལ་བ། བྱ་རྒྱུང་ཆོས་ཅན། སྒྲུབ་པས་ངས་ཡིན་ཏེ། ལྟས་བྱིན་གྱི་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་བཞིན་གསར་པ་ཞིག་འདོག་ན། བྱ་མོ་གཞོན་ནུ་ཆོས་ཅན། ལྟ་མོ་ཡིན་ཏེ། རྒྱལ་མཆོན་གྱི་བྱ་མོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ལྟ་བུར་ལྟ་མོ་ཡིན་ན་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་བྱ་མོ་ཡིན་པས་བྱ་བ་པ་མ་མཐོང་བ་ལྟ་བུའོ། ③ འགལ་ཡང་མ་ངེས་པ། རྟག་པ་དང་བྱས་པ་འགལ་བ་མ་ངེས་པའི་གང་ཟག་གི་ངོར། སྒྲུ་ཆོས་ཅན། རྟག་སྒྲེ། བྱས་པའི་ཕྱིར། ལྟ་བུའོ། རྟག་པ་དང་བྱས་པ་འགལ་བ་རྟོགས་པའི་གང་ཟག་གི་ངོར་འདི་ལྟར་བཞོད་ན་འགལ་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་ནོ། འགལ་ཡང་མ་ངེས་པའི་རྟགས་འདི་གཉིས་ནི་མི་མཐུན་སྦྱོགས་དང་མཐུན་སྦྱོགས་གཉིས་ལས་ལྟོག་པར་ངེས་ན་ཡང་དག་འགལ་བར་འགྲོ་བས་ཐེ་ཆོམ་གྱི་ལྟག་མ་ཡོད་པས་ལྟག་ལྟར་ཞེས་ཟེར།

ས་བཅད་གསུམ་པ། འགལ་བའི་རྟགས་བཤད་པ།

འགལ་རྟགས་གྱི་མཆོན་ཉིད་ནི། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

རྟགས་སྒྲུབ་བསྐྱོག་པས་བྱ་བ་ལགལ། །

ཤེས་འདོད་ཆོས་ཅན་ལ་འགོད་ཚུལ་ལྟར་སྒྲུབ་པར་ངེས་པ་གང་ཞིག །བསྐྱོག་པས་བྱ་བ་པ་ངེས་པ་འགལ་རྟགས་གྱི་མཆོན་ཉིད། ཡང་ན། སྦྱོགས་ཆོས་གང་ཞིག་མཐུན་སྦྱོགས་ལ་མེད། མི་མཐུན་སྦྱོགས་ལ་ཡོད་པར་ངེས་པ་འགལ་རྟགས་གྱི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན་གཉིས་ཏེ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

མི་དམིགས་རང་བཞིན་གཏན་ཆོགས་སུ། །

བསྐྱུས་པས་འགལ་བ་གཉིས་ཉིད་ཡིན། །

མི་དམིགས་པའི་རྟགས་ནི་རྟགས་ཆོས་བདག་གཅིག་འབྲེལ་ཡིན་པས་རང་བཞིན་གཏན་ཆོགས་སུ་འདུས་ལ། འབྲེལ་པའི་དབང་གིས་དབྱེ་ན་རང་བཞིན་

དང་། འབྲས་བུ་རྟགས་ཡང་དག་གཉིས་ཡིན་ལ། དེ་ལས་ལྷོག་པ་རྒྱ་འགལ་བ་
 དང་། འབྲས་བུ་འགལ་བའི་གཏན་ཚིགས་ཀྱང་གཉིས་ཡིན་ནོ། ① རང་བཞིན་
 འགལ་བ། སྒྲ་ཚིག་ཅན། རྟག་ཏུ། བྱས་པའི་ཕྱིར། འདི་རྟག་པ་དང་བྱས་པ་
 གཉིས་རང་བཞིན་འགལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ② འབྲས་བུ་འགལ་བ། སྒྲ་ཚིག་ཅན།
 བྱས་པ་ཡིན་ཏེ། རྟག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ལྟ་བུའོ། །འདི་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་མི་
 རྟག་པ་ཡིན་དགོས་ལ། འདིར་རྟག་པ་བཀོད་པ་ནི་འགལ་བ་ཡིན་པར་ཤེས་སྟེ།
 ཚད་མ་སྒྲ་རབས་པ་རྣམས་ཀྱིས། འགལ་རྟགས་ལ་སྒྲས་བརྗོད་རིགས་ཀྱི་སྒྲ་ནས་
 དབྱེ་ན། ཚིག་གི་ངོ་བོ་རྒྱབ་པའི་འགལ་རྟགས། སྒྲ་ཟིན་གྱི་ཚིག་གི་བྱང་པར་རྒྱབ་
 པའི་འགལ་རྟགས། སྒྲ་ཟིན་གྱི་ཚིག་ཅན་གྱི་ངོ་བོ་རྒྱབ་པའི་འགལ་རྟགས། སྒྲ་ཟིན་
 གྱི་ཚིག་ཅན་གྱི་བྱང་པར་རྒྱབ་པའི་འགལ་རྟགས་དང་། བཞིར་དབྱེ་ཞིང་དཔེར་
 བརྗོད་ཀྱང་བཀོད་ཡོད། 《རིགས་གཏེར་》ལས། བཞིད་ཚུལ་འདི་ནི་རིགས་པ་
 དང་གཞུང་མི་འཕྲོད་པས་མི་ལེགས་ཞེས་གསུངས་ནས་འགོག་ཡོད་པ་རེད།

ཨ་བཙད་བཞི་པ། མཚན་ཉིད་མྱིའི་སྒྲིབ་བཤད་པ།

མཚན་གྱི་སྒྲིབ་གསུམ་ནི། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

མ་བྲབ་བྲབ་ཆེས་མི་སྲིད་གསུམ། །

མཚན་ཉིད་གྱི་ནི་སྒྲིབ་ཡིན། །

སྒྲ་དང་དོན་གྱི་རྣམ་གཅོད་ཀྱན། །

གསུམ་པོ་འདི་ལས་གཞན་ཡོད་མིན། །

མཚན་ཉིད་དོན་གྱི་སྒྲ་ནས་རྣམ་གཅོད་གསུམ་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་སྒྲ་ཐམས་ཅད་
 ཀྱང་རྣམ་གཅོད་གསུམ་ལས་མ་འདས། མི་ལྟན་རྣམ་གཅོད་དང་། གཞན་ལྟན་
 རྣམ་གཅོད། མི་སྲིད་རྣམ་གཅོད་གསུམ་པོ་རིམ་པ་ལྟར། མ་བྲབ། བྲབ་ཆེས། མི་
 སྲིད་གསུམ་གཅོད་པའི་ངག་ཡིན།

གཅིག །མ་བྲབ་པའི་མཚན་ཉིད།

མཚན་ཉིད་བཀོད་པ་གང་ཞིག །མཚན་གཞིའི་སྒྲིགས་གཅིག་ལ་མ་བྲབ་པའོ།

དཔེར་ན། དངོས་པོ་ལ་དཔེར་བཞིན་ན། བ་ལང་གི་མཚན་ཉིད། འོག་ལྷོག་
 ཤལ་ཁྲ་བོ་དང་ལྷན་པ་བ་ལང་གི་མཚན་ཉིད། ཅེས་བཀོད་པ་ལྟ་བུ། དངོས་མེད་
 དཔེར་བཞིན་ན། མེད་དགག་གི་མཚན་ཉིད། མེད་པའི་མཚན་ཉིད་རི་བོང་གི་
 ར་བཀོད་པ་ལྟ་བུ། དངོས་དང་དངོས་མེད་གཉིས་ཀའི་ཚེས་ལ་དཔེར་བཞིན་ན།
 རྒྱས་བསྐྱེད་པ་ཤེས་བྱའི་མཚན་ཉིད་བཀོད་པ་ལྟ་བུའོ།

གཉིས། རྒྱབ་ཆེས་པའི་མཚན་ཉིད།

མཚན་ཉིད་གང་ཞིག །མཚན་གཞི་ལ་རྒྱབ་ཅིང་མཚན་འདོད་མེད་སར་ཞུགས་
 པའོ། དཔེར་ན། དངོས་པོའི་ཚེས་ལ་རྒྱབ་ཆེས་པ། མགོ་དང་ལྷན་པ་བ་ལང་གི་
 མཚན་ཉིད་བཀོད་པ་ལྟ་བུ། དངོས་མེད་ཀྱི་ཚེས་ལ་རྒྱབ་ཆེས་པ། མེད་དགག་རི་
 བོང་རུའི་མཚན་ཉིད་བཀོད་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་ཀའི་ཚེས་ལ་རྒྱབ་ཆེས་པ། ཐམས་
 ཅད་མཐུན་པའི་སློ་ཡི་ཡུལ་རུ་བྱ་བ་བཤེས་བྱའི་མཚན་ཉིད་བཀོད་པ་ལྟ་བུ།

གསུམ། མི་སྲིད་པའི་མཚན་ཉིད།

མཚན་ཉིད་གང་ཞིག མཚན་འདོད་ལ་ངེ་ལྟར་འགོད་བྱ་ལྟར་མ་གྲུབ་པའོ། །

(1) རང་ལྷོག་མ་གྲུབ་ནས་མི་སྲིད་པ། ① རང་གི་ཐ་སྐྱད་མཚན་ཉིད་རུ་བཀོད་
 པ། བ་ལང་གི་མཚན་ཉིད་རུ་བ་ལང་བཀོད་པ་ལྟ་བུ། ② ཐ་སྐྱད་ཀྱི་ཁྱད་པར་
 རུ་བྱས་པ་མཚན་ཉིད་རུ་བཀོད་པ། བ་ལང་གི་མཚན་ཉིད་བ་ལང་གི་མགོ་བོ་
 བཀོད་པ་ལྟ་བུ། ③ གཞན་གྱི་ཐ་སྐྱད་མཚན་ཉིད་རུ་བཀོད་པ། བ་ལང་གི་
 མཚན་ཉིད་ལ་རྟ་བཀོད་པ་ལྟ་བུ། ④ གཞན་གྱི་ཐ་སྐྱད་ཀྱིས་ཁྱད་པར་རུ་བྱས་པ་
 མཚན་ཉིད་རུ་བཀོད་པ། བ་ལང་གི་མཚན་ཉིད་རུ་རྟའི་མགོ་བོ་བཀོད་པ་ལྟ་བུ།

(2) རང་ལྷོག་གྲུབ་ཀྱང་མཚན་དོན་ལ་མི་སྲིད་པ། ① རོ་བོ་ཐ་དད་ནས་མི་
 སྲིད་པ། འོག་ལྷོག་ཤལ་དང་ལྷན་པ་རྟའི་མཚན་ཉིད་བཀོད་པ་ལྟ་བུ། མཚན་
 དོན་རྟ་དང་མཚན་བྱེད་འོག་ལྷོག་ཤལ་གཉིས་རོ་བོ་ཐ་དད་རུ་གནས་པས་དེ་ལྟའི་
 མཚན་ཉིད་དེ་མཚན་དོན་རྟ་ལ་མི་སྲིད་པ་ལྟ་བུའོ། ② རང་ལྷོག་ཐ་དད་མེད་
 བས་མི་སྲིད་པ། བ་ལང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་འོག་ལྷོག་ཤལ་བཀོད་པ་

ལྟ་བུ། འདིར་བ་ལང་གི་ལྟ་པ་ནི་བ་ལང་གི་རྣམ་པ་ཡིན་ལ། དེའི་རྣམ་པ་ནི་
 རྟག་སྒྲིག་ཤལ་དང་ལྟ་པ་ཡིན་པ་སྒྲིས་མ་དགོས། དེས་ན་བ་ལང་གི་མཚན་
 ཉིད་རྟག་སྒྲིག་ཤལ་དང་ལྟ་པ་ཡིན་ཀྱང་། བ་ལང་གི་རྣམ་པའི་མཚན་ཉིད་ལ་
 རྟག་སྒྲིག་ཤལ་དང་ལྟ་པ་འཛིག་ན། རང་ལྟ་ཐ་དད་མེད་ནས་མི་སྲིད་པར་
 འགྱུར་རྟེ། རྟག་སྒྲིག་ཤལ་གྱི་མཚན་ཉིད་ཏུ་རྟག་སྒྲིག་ཤལ་འཛིག་པ་ཡིན་པའི་
 ཕྱིར་དོ། ③ རྟག་སྒྲིག་ཐ་དད་མེད་ནས་མི་སྲིད་པ། རང་གི་མཚན་བྱ་གཞིར་བྱས་
 པ་ལ་མཚན་ཉིད་བཀོད་པ་སྟེ། དཔེར་ན། བ་ལང་གི་མཚན་བྱའི་མཚན་ཉིད་ལ་
 རྟག་སྒྲིག་ཤལ་བཀོད་པ་ལྟ་བུའོ། །

བྱ་བ་པ་སྒྲོ་བརྒྱད་སྟོང་ཚུལ།

ལྟ་པ་ཚོས་གྱི་སེང་གེ་ལ་སོགས་པའི་ཚད་མ་སྤྲ་རབས་པ་རྣམས་གྱིས་རྟགས་ཡང་
 དག་གྲུབ་དང་མ་གྲུབ་པའི་ཚད་གཞི་དེ་མཚན་མཚོན་བྱ་བ་པ་སྒྲོ་བརྒྱད་དེས་དང་
 མ་དེས་ལ་བརྟག་གཞི་བཟུང་ནས། འཆད་སྟོལ་ཡོད་སྟབས་དེར་རྟམ་ཚད་མ་སྤྲ་
 རབས་པའི་ལྷགས་གྱི་རྗེས་འབྲངས་པ་རྣམས་གྱིས་ནི། ཚུད་དག་གི་རིགས་ལམ་
 བར་ཏུ་བྱ་བ་པ་སྒྲོ་བརྒྱད་དེས་མིན་དེ། རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་མིན་བརྟག་གཞིར་
 གཙོ་བོར་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་ས་པའ་ལ་སོགས་ཚད་མ་སྤྲ་རབས་པ་
 རྣམས་གྱིས་རིགས་ལམ་འདི་བེད་སྟུང་བྱེད་སྟོལ་ཆེར་མ་མཐོང་ལ། ཟུ་གར་ཏུ་
 རིགས་ལམ་འདིར་ཡོད་ནས་མ་གྲགས་པར་བཤད།

ས་བཅད་ལྟ་བུ། མཚན་མཚོན་བྱ་བ་པ་སྒྲོ་བརྒྱད་བརྟག་ཚུལ།

➤ བྱ་བ་པ་རྣམས་མ་བཞི།

- (1) རྟགས་དེ་ཡིན་ན་གསལ་ཡིན་པས། །བྱ་བ་པ་རྗེས་བྱ་བ་ཉིད་ཏུ་འདོད། །
- (2) གསལ་ཡིན་ན་ནི་རྟགས་དེ་དག །ཡིན་པས་བྱ་བ་པ་ཐུར་བྱ་བ་ཡིན། །
- (3) གསལ་བ་མིན་ན་རྟགས་དེ་ནི། །མིན་པས་བྱ་བ་པ་ལྟ་བྱ་བ་དང་། །
- (4) རྟགས་དེ་ཡིན་ན་གསལ་བ་དག །མིན་པས་བྱ་བ་པ་འགལ་བྱ་བ་ཡིན། །

➤ བྱ་བ་པ་སྤྱིན་ཅི་ལྟ་བུའོ།

- (1) རྟགས་དེ་ཡིན་ན་གསལ་བ་ནི། །མིན་པས་བྱ་བ་པ་རྗེས་བྱ་བ་དག །

ཕྱིན་ཅི་ལྷག་ཏུ་འདོད་པ་ཡིན། །

(2) གསལ་བ་ཡིན་ན་རྟགས་མིན་པས། །ཁྱབ་པ་ཐུར་ཁྱབ་ཕྱིན་ཅི་ལྷག་ །

(3) གསལ་བ་མིན་ན་རྟགས་དེ་ཉིད། །མིན་པ་མིན་པས་ཁྱབ་པ་ནི། །

ལྷག་ཁྱབ་ཕྱིན་ཅི་ལྷག་ཏུ་འདོད།

(4) རྟགས་ཡིན་ན་ནི་གསལ་བ་དེ། །མིན་པ་མིན་པས་ཁྱབ་པ་དག །

འགལ་ཁྱབ་ཕྱིན་ཅི་ལྷག་ཡིན་ན།

> ཁྱབ་པ་རྣལ་མ་བཞི་སྒྲིང་ཚུལ་གྱི་དཔེར་བཞིན།

(1) རྟོན་བྱེད་རྒྱས་པ་ཡིན་ན་དངོས་པོ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པ། རྟོན་ཁྱབ།

(2) དངོས་པོ་མ་ཡིན་ན་རྟོན་བྱེད་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པ། ལྷག་ཁྱབ།

(3) དངོས་པོ་ཡིན་ན་རྟོན་བྱེད་རྒྱས་པ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པ། ཐུར་ཁྱབ།

(4) རྟོན་བྱེད་རྒྱས་པ་ཡིན་ན་དངོས་པོ་མ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པ། འགལ་ཁྱབ།

> ཁྱབ་པ་ཕྱིན་ཅི་ལྷག་བཞི་སྒྲིང་ཚུལ་གྱི་དཔེར་བཞིན།

(1) རྟོན་བྱེད་རྒྱས་པ་ཡིན་ན་དངོས་པོ་མ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པ།

རྟོན་ཁྱབ་ཕྱིན་ཅི་ལྷག

(2) དངོས་པོ་ཡིན་ན་རྟོན་བྱེད་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་པ་མ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པ།

ལྷག་ཁྱབ་ཕྱིན་ཅི་ལྷག

(3) དངོས་པོ་ཡིན་ན་རྟོན་བྱེད་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པ།

ཐུར་ཁྱབ་ཕྱིན་ཅི་ལྷག

(4) རྟོན་བྱེད་རྒྱས་པ་ཡིན་ན་དངོས་པོ་མ་ཡིན་པ་མ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པ།

འགལ་ཁྱབ་ཕྱིན་ཅི་ལྷག

① ཐུམ་པ་ཚོས་ཅན། དངོས་པོ་ཡིན་པར་ཐལ། རྟོན་བྱེད་རྒྱས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ལྷ་བྱ་ལ་མཚོན་ན།

བསྐྱར་སྒྲིབ་གི་ཁ་བྱང་།

- ༡ རྟགས་ལྟ་སྒྲུང་གི་མཚན་ཉིད་གིས།
- ༢ མ་གྲུབ་པའི་རྟགས་ཞེས་པ་གང་ཞིག་མ་གྲུབ་པའི་དོན་ཡིན།
- ༣ མ་གྲུབ་པའི་དཔེར་ལ་ནང་གསེས་ཀྱི་དབྱེ་བ་དུ་ཡོད་གིས།
- ༤ མ་ངེས་པའི་རྟགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་གིས།
- ༥ མ་ངེས་པ་ཞེས་པ་གང་ཞིག་མ་ངེས་པ་ཡིན་གིས།
- ༦ ལྟག་ལྟན་གྱི་མ་ངེས་པ་ཞེས་པའི་དོན་གང་ཡིན་གིས།
- ༧ འགལ་བའི་རྟགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་གིས།
- ༨ འགལ་བའི་གདམ་ཆོགས་ལ་ཚད་མ་སྤྱི་གཉིས་འདོད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་གང་ཡོད་འདུག
- ༩ མཚན་ཉིད་སྤྱི་ལྟོན་གསུམ་གང་ཡིན།
- ༡༠ མ་བྲལ། བྲལ་ཆེས། མི་སྤྱིད་གསུམ་གྱི་དཔེར་བཞིན་རེ་རེ་གིས།
- ༡༡ བྲལ་པ་སྒོ་བརྒྱད་ཅེས་པ་གང་ཡིན་གིས།
- ༡༢ བྲལ་པ་སྒོ་བརྒྱད་ཀྱི་རིགས་ལམ་གསལ་གཏོད་མཁན་དང་དུས་ནམ་ཙམ་ཡིན།

སྒྲིབ་ཆན་ལཱ་ལ།

རིགས་ལམ་གྱི་རྣམ་གཞག་འགའ་ཞིག་བཤད་ལ།

དེ་ལྟར་གོང་དུ་ཆོད་མ་རིགས་པའི་རྣགས་ཡང་དག་དང་། རྣགས་ལྟར་སྤང་གི་རྣམ་གཞག་རྣམས་ངོ་སྤྲོད་བྱས་ཟིན་ནས། ད་ནི་ཚུལ་གསུམ་གྱི་སྒྲིབ་རིགས་ལམ་འགོད་ཚུལ་ལ། འདོད་པ་རྣགས་སུ་བཀོད། མི་འདོད་པ་ཐལ་བར་འཕེན་དགོས་ནི་གནད་གྱི་དམ་པ་ཞིག་ཡིན། དཔེར་ན། ས་རོལ་པོས། ཁ་དྲོག་ཡིན་ན་དམར་པོ་ཡིན་པས་བྱབ་པར་འདོད་པའི་ཆོ། ཆོས་དུང་དཀར་པོའི་ཁ་དྲོག་ཆོས་ཅན། དམར་པོ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁ་དྲོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་དགོད་དགོས། གང་ཞེ་ན། ས་རོལ་པོས་ཆོས་དུང་དཀར་པོའི་ཁ་དྲོག་དེ་ཁ་དྲོག་ཡིན་པ་ཁོ་རང་གིས་ཁས་ལེན་ཞིང་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་དེ་དམར་པོ་ཡིན་པ་ཁོ་རང་མི་འདོད་པས་ན་དེ་ཐལ་བར་འཕེན་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེས་རིགས་ལམ་གྱི་བྱབ་མཐའ་འགོད་ཚུལ་ཐམས་ཅད་ལ་རིགས་འགྲེལ།

ས་བཅད་དང་པོ། ཁ་དྲོག་གི་རྣམ་གཞག་བཤད་པ་ལ།

གཅིག ཁ་དྲོག་ལྷགས་དགག་པ།

ཁ་དྲོག་ན་རེ། ཁ་དྲོག་ཡིན་ན་དམར་པོ་ཡིན་པས་བྱབ་ཟེར་ན། ཆོས་དུང་དཀར་པོའི་ཁ་དྲོག་ཆོས་ཅན། དམར་པོ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁ་དྲོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། ཆོས་དུང་དཀར་པོའི་ཁ་དྲོག་ཆོས་ཅན། ཁ་དྲོག་ཡིན་པར་ཐལ། དཀར་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། ཆོས་དུང་དཀར་པོའི་ཁ་དྲོག་ཆོས་ཅན། དཀར་པོ་ཡིན་པར་ཐལ། ཆོས་དུང་དཀར་པོའི་ཁ་དྲོག་དང་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདོད་ན། ཆོས་དུང་དཀར་པོའི་ཁ་དྲོག་ཆོས་ཅན། དམར་པོ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དཀར་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་བྱབ་ན་བྱབ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། དཀར་པོ་དང་དམར་པོ་གཉིས་ཀྱི་གཞི་མཐུན་མེད་པའི་ཕྱིར་ཉི། དེ་

གཉིས་འགལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཁ་དྲོག་ཡིན་ན་དཀར་པོ་ཡིན་པས་བྱབ་ཟེར་ན། སངས་རྒྱས་ཆོ་
དཔག་མེད་གྱི་ཁ་དྲོག་ཆོས་ཅན། དཀར་པོ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁ་དྲོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
བྱབ་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། སངས་རྒྱས་ཆོ་དཔག་མེད་གྱི་ཁ་དྲོག་ཆོས་ཅན། ཁ་
དྲོག་ཡིན་པར་ཐལ། མདྲོག་ཏུ་རུང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་བྱབ་ན། དེ་ལ་བྱབ་པ་
ཡོད་པར་ཐལ། མདྲོག་ཏུ་རུང་བ་ཁ་དྲོག་གི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་
བར་འདྲོད་ན། སངས་རྒྱས་ཆོ་དཔག་མེད་གྱི་ཁ་དྲོག་ཆོས་ཅན། དཀར་པོ་མ་ཡིན་
པར་ཐལ། དམར་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། སངས་རྒྱས་ཆོ་དཔག་མེད་གྱི་ཁ་
དྲོག་ཆོས་ཅན། དམར་པོ་ཡིན་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་ཆོ་དཔག་མེད་གྱི་ཁ་དྲོག་གི་
ལྷོག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། སངས་རྒྱས་ཆོ་དཔག་མེད་གྱི་ཁ་དྲོག་ཆོས་
ཅན། བྱོད་བྱོད་གྱི་ལྷོག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱོད་གཞི་གྲུབ་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཁ་དྲོག་ཡིན་ན། སེར་པོ་ཡིན་པས་བྱབ་ཟེར་ན། ཡིན་ལའི་ཁ་
དྲོག་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། དེ་ཆོས་ཅན།
དེར་ཐལ། ཚ་བའི་ཁ་དྲོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ།
སྒྲི་སེར་དཀར་དམར་བཞི་པོ་གང་རུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདྲོད་ན།
དེ་ཆོས་ཅན། སེར་པོ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྒྲི་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་སྟེ། སྒྲི་སེར་
གཉིས་འགལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཁ་དྲོག་ཡིན་ན། སྒྲི་པོ་ཡིན་པས་བྱབ་ཟེར་ན། གསེར་བཙོ་
མའི་ཁ་དྲོག་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། དེ་
ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། ཁ་དྲོག་གི་བྱེ་བྲག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདྲོད་ན།
དེ་ཆོས་ཅན། སྒྲི་པོ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སེར་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་
ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། གསེར་བཙོ་མའི་ཁ་དྲོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། གསེར་
བཙོ་མའི་ཁ་དྲོག་གསེར་བཙོ་མའི་ཁ་དྲོག་ཡིན་པར་ཐལ། གསེར་བཙོ་མའི་ཁ་
དྲོག་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཁ་དྲོག་ཡིན་ན། ཚ་བའི་ཁ་དྲོག་ཡིན་པས་བྱབ་ཟེར་ན། དོན་

ཡོད་ཀྱིས་པ་ལྟར་ཁྱེད་ཁ་དོག་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། ① མ་གྲུབ་ན།
 དེ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདོད་ན།
 དེ་ཆོས་ཅན། ཚ་བའི་ཁ་དོག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཡན་ལག་གི་ཁ་དོག་ཡིན་པའི་
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྡོ་སེར་གཉིས་ཀྱི་ཡན་ལག་གི་ཁ་དོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།
 ལྟར་ཁྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། སྡོ་སེར་འབྲེས་པའི་ཁ་དོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ལྟར་སྟེ། སྡོ་
 སེར་འབྲེས་པ་ལས་ལྟར་ཁྱེད་དམར་སེར་འབྲེས་པ་ལས་ལི་ཁྱི། དམར་སྡོན་འབྲེས་
 པ་ལས་ནག་པོར་འཛོག་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཡན་ལག་གི་ཁ་དོག་ཡིན་ན། ཡན་ལག་གི་ཁ་དོག་བརྒྱད་པོ་
 གང་རུང་ཡིན་པས་ལྟར་ཐེར་ན། འཇམ་དབྱངས་དམར་སེར་གྱི་ཁ་དོག་ཆོས་ཅན།
 ཡན་ལག་གི་ཁ་དོག་བརྒྱད་པོ་གང་རུང་ཡིན་པར་ཐལ། ཡན་ལག་གི་ཁ་དོག་
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། ལྟར་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། འཇམ་དབྱངས་དམར་སེར་གྱི་
 ཁ་དོག་ཆོས་ཅན། ཡན་ལག་གི་ཁ་དོག་ཡིན་པར་ཐལ། དམར་སེར་གཉིས་ཀྱི་
 ཡན་ལག་གི་ཁ་དོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདོད་ན། འཇམ་དབྱངས་
 དམར་སེར་གྱི་ཁ་དོག་ཆོས་ཅན། ཡན་ལག་གི་ཁ་དོག་བརྒྱད་པོ་གང་རུང་མ་
 ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱུ་དང་རུ་བ། རུལ་དང་ཁྱེད་སྡོ་སེར་ཁ་དོག་བཞི་པོ་གང་རུང་མ་
 ཡིན་པ་གང་ཞིག རྒྱང་བ་དང་ལྷན་པ། གྲིབ་མ་དང་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་གྱི་ཁ་
 དོག་བཞི་པོ་གང་རུང་ཡང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་རེ་རེ་ནས་གྲུབ་སྟེ། འཇམ་
 དབྱངས་དམར་སེར་གྱི་ཁ་དོག་དང་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། གཞུགས་ཡིན་ན། དབྱིབས་ཀྱི་གཞུགས་ཡིན་པས་ལྟར་ཐེར་ན།
 ཁ་དོག་གི་གཞུགས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། ལྟར་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་
 ན། དེ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། བཅ་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཆོས་ཅན།
 དེར་ཐལ། རུལ་རུ་གྲུབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན།
 དབྱིབས་ཀྱི་གཞུགས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁ་དོག་གི་གཞུགས་དང་གཅིག་ཡིན་པའི་
 ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཁྱོད་དང་གཅིག་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཡོད་
 པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། གཞུགས་ཡིན་ན། ཁ་དོག་གི་གཞུགས་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན།
 ལྷམ་པོ་འགཞུགས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། ཁྱབ་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་
 ན། དེ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། གཞུགས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་
 ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། མིག་ཤེས་ཀྱི་གཞུང་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདོད་
 ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཁ་དོག་གི་གཞུགས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁ་དོག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
 ཁྱབ་ཏེ། ཁ་དོག་གི་གཞུགས་དང་། ཁ་དོག་དོན་གཅིག་ དབྱིབས་ཀྱི་གཞུགས་
 དང་། དབྱིབས་གཉིས་དོན་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས། རང་གི་ལུགས་བཞག་པ།

གཞུགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཡོད་དེ། གཞུགས་སུ་རུང་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
 གཞུགས་དང་བེམ་པོ་གཉིས་དོན་གཅིག་ གཞུགས་ལ་དབྱེ་ན། གཞུགས་ཀྱི་སྐྱེ་
 མཆེད་དང་། སྒྲིའི་སྐྱེ་མཆེད་དང་། གྲིའི་སྐྱེ་མཆེད་དང་། རོའི་སྐྱེ་མཆེད་དང་། རེག་
 བྱའི་སྐྱེ་མཆེད་དང་ལྟ་ཡོད། གཞུགས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཡོད་དེ། མིག་
 ཤེས་ཀྱི་གཞུང་བྱ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞུགས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་ལ་དབྱེ་ན་གཉིས་
 ཡོད་དེ། དབྱིབས་དང་ཁ་དོག་གཉིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དབྱིབས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཡོད་
 དེ། དབྱིབས་སུ་བསྟན་ཏུ་རུང་བ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ལ་དབྱེ་ན་བརྒྱད་ཡོད་
 དེ། རིང་པོ་དང་ཐུང་བ། མཐོ་བ་དང་དམའ་བ། ལྷམ་པ་དང་ལྷམ་པོ། ཕྱ་ལེ་བ་
 དང་ཕྱ་ལེ་བ་མ་ཡིན་པའི་གཞུགས་དང་བཅས་པ་བརྒྱད་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ལྷམ་པ་
 གི་ཁྱ་བཞི། ལྷམ་པོ་གི་ཁོར་མོའམ་རྒྱལ་པོ། ཕྱ་ལེ་བ་གི་དོས་མཉམ་པའི་དབྱིབས་
 ལྟ་བུ་ལ་བྱེད་རིགས་པའི་ཕྱིར།

མདོག་ཏུ་བསྟན་ཏུ་རུང་བ། ཁ་དོག་གི་མཚན་ཉིད། ཁ་དོག་ལ་དབྱེ་ན་གཉིས་
 ཡོད་དེ། ཚ་བའི་ཁ་དོག་དང་། ཡན་ལག་གི་ཁ་དོག་གཉིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཚ་
 བའི་ཁ་དོག་ལ་དབྱེ་ན་བཞི་ཡོད་དེ། སྒྲ་མེར་དཀར་དམར་བཞི་ཡོད་པའི་ཕྱིར།
 ཡན་ལག་གི་ཁ་དོག་ལ་དབྱེ་ན་བརྒྱད་ཡོད་དེ། དེར་གྱུར་པའི་རྒྱན་དང་ཏུ་བ།
 ཏུལ་དང་ཁུག་སྒྲ། སྒྲ་བ་དང་ཐུན་པ། གྲིབ་མ་དང་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་གྱི་ཁ་དོག་
 དང་བརྒྱད་ཡོད་པའི་ཕྱིར། སྒྲིའི་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཡོད་དེ། ར་ཤེས་ཀྱི་

ཉན་བྱ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྒྲ་ལ་དབྱེ་ན་གཉིས་ཡོད་དེ། ཟེན་པའི་འབྲུང་བ་
ལས་ཀྱང་པའི་སྒྲ་དང་། མ་ཟེན་པའི་འབྲུང་བ་ལས་ཀྱང་པའི་སྒྲ་གཉིས་ཡོད་པའི་
ཕྱིར། དྲིའི་སྒྲེ་མཆེད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཡོད་དེ། སྒྲ་ཤེས་ཀྱི་ཚུང་བྱ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་
ཕྱིར། དྲི་ལ་དབྱེ་ན་གཉིས་ཡོད་དེ། ལྟན་སྒྲིས་ཀྱི་དྲི་དང་སྒྲུར་བྱང་གི་དྲི་གཉིས་
ཡོད་པའི་ཕྱིར། རོའི་སྒྲེ་མཆེད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཡོད་དེ། ལྷེ་ཤེས་ཀྱི་ཚུང་བྱ་དེ་དེ་
ཡིན་པའི་ཕྱིར། རོ་ལ་དབྱེ་ན་དུག་ཡོད་དེ། མངར་བ་དང་སྒྲུར་བ། ལ་བ་དང་བསྐྱ་
བ། ཆ་བ་དང་ལན་ཆ་བ་སྟེ་དུག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རེག་བྱའི་སྒྲེ་མཆེད་ཀྱི་མཆོན་
ཉིད་ཡོད་དེ། ལུས་ཤེས་ཀྱི་ཚུང་བྱ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རེག་བྱ་ལ་དབྱེ་ན་
གཉིས་ཡོད་དེ། འབྲུང་བར་ཀྱང་པའི་རེག་བྱ་དང་། འབྲུང་འཁྱར་གྱི་རེག་བྱ་
གཉིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འབྲུང་བར་ཀྱང་པའི་རེག་བྱ་ལ་དབྱེ་ན་བཞི་ཡོད་དེ། ས་
རྒྱ་མེ་རྒྱང་བཞི་པོ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སའི་མཆོན་ཉིད་ཡོད་དེ། སྤ་ཁིང་འཐས་
པ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྒྱའི་མཆོན་ཉིད་ཡོད་དེ། བརྒྱན་ཁིང་གཤེར་བ་དེ་དེ་
ཡིན་པའི་ཕྱིར། མའི་མཆོན་ཉིད་ཡོད་དེ། ཆ་ཁིང་སྤེག་པ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
རྒྱང་གི་མཆོན་ཉིད་ཡོད་དེ། ཡང་ཁིང་གཡོ་བ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འབྲུང་
འཁྱར་གྱི་རེག་བྱ་ལ་དབྱེ་ན་བདུན་ཡོད་དེ། དེར་ཀྱང་པའི་འཇམ་པ་དང་རྩལ་པ།
སྤྱི་བ་དང་ཡང་བ། གྲང་བ་དང་བཤེས་པ། སྒྲིམ་པ་དང་བདུན་པོ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་
ཕྱིར། (འདྲིར་འབྲུང་བ་ནི་རྩལ་གང་དེའི་བྱད་གཞི་དང་། འབྲུང་འཁྱར་ཞེས་པ་
རྩལ་གང་དེའི་བྱད་ཆོས་ཡིན།)

གསུམ། ཚུང་པ་སྤོང་བ།

འདྲི་ནི་བརྟག་པ་མཐར་བཟུང་གི་སྒྲོ་ནས་རང་གི་འདོད་ཚུལ་ལ་གཞན་གྱིས་
སྤྲོ་ག་ཀྱང་འདྲི་འདྲ་བྱུང་ན་ལན་ངེ་ལྟར་འདེབས་ཚུལ་གྱི་སྒྲོར་ཞིག་ཡིན། ལ་ཅིག་ན་
རེ། ཆོས་རྒྱུད་དཀར་པོ་ཆོས་ཅན། ལ་དོག་ཡིན་པར་ཐལ། དཀར་པོ་ཡིན་པའི་
ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་(ཆོས་རྒྱུད་དཀར་པོ་)ཆོས་ཅན། དེར་(དཀར་པོ་ཡིན་པར་)
ཐལ། ཆོས་རྒྱུད་དཀར་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན། འགལ་བྱུང་ལ་འབྱུང་། འདི་འགལ་
བྱུང་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆོན་གང་ཞེ་ན། ཆོས་རྒྱུད་དཀར་པོ་གཟུགས་ཡིན་པ་ལས་ལ་

དོག་མིན། ཆོས་རྒྱང་དཀར་པོའི་ཁ་དོག་ཁ་དོག་ཡིན་པའི་གནད་འགག་དེ་ཤེས་
པར་བྱ་དགོས།

འོ་ན་ཁོ་རང་ལ། རྟ་དཀར་པོ་ཆོས་ཅན། དཀར་པོ་ཡིན་པར་ཐལ། རྟ་དཀར་
པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་འགྲིག་འདོད་མི་རུས་ཏེ། བེམ་པོ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ།
གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྟ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདི་ཡང་དཀར་པོ་དང་། རྟ་
དཀར་པོ་བརྗོད་བྱའི་སྒྲིབ་ཀྱང་པར་ཡོད་པ་ཤེས་དགོས།

ས་བཅད་གཞིས་པ། རྒྱ་འབྲས་རྒྱང་བྱའི་རྣམ་གཞག་བཤད་པ་ལ།

གཅིག །གཞན་ལུགས་དགག་པ།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། གཞི་གྲུབ་ན། རྒྱ་འབྲས་གང་རྒྱང་ཡིན་པས་བྱལ་བེར་ན། ཤེས་བྱ་
ཆོས་ཅན། རྒྱ་འབྲས་གང་རྒྱང་ཡིན་པར་ཐལ། གཞི་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ① མ་གྲུབ་
ན། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། གཞི་གྲུབ་པར་ཐལ། ཚད་མས་གྲུབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ②
ཙ་བར་འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། རྒྱ་འབྲས་གང་རྒྱང་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དངོས་པོ་
མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། རྟག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། རྒྱ་ཡིན་ན། འབྲས་བྱ་མ་ཡིན་པས་བྱལ་བེར་ན། དངོས་པོ་ཆོས་
ཅན། འབྲས་བྱ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་ལས། ① མ་གྲུབ་
ན། དངོས་པོ་ཆོས་ཅན། རྒྱ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱོད་ཀྱི་འབྲས་བྱ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། མ་
གྲུབ་ན། དངོས་པོ་ཆོས་ཅན། འབྲས་བྱ་ཡོད་པར་ཐལ། དངོས་པོའི་ཕྱི་ལྷགས་སུ་
བྱུང་བ་དེ། བྱོད་ཀྱི་འབྲས་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། བྱོད་ཀྱི་ཕྱི་
ལྷགས་སུ་བྱུང་བ་བྱོད་ཀྱི་འབྲས་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱོད་འདུས་བྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
② ཙ་བར་འདོད་ན། དངོས་པོ་ཆོས་ཅན། འབྲས་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱོད་ཀྱི་རྒྱ་
ཡོད་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། བྱོད་ཀྱི་སྒྲིབ་ལྷགས་སུ་བྱུང་བ་
དེ། བྱོད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། བྱོད་དངོས་པོ་
ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། དངོས་རྒྱ་ཡིན་ན། བརྒྱད་རྒྱ་མ་ཡིན་པས་བྱལ་བེར་ན། དངོས་

ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། བྱོད་གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། ལུམ་པའི་རྒྱ་ཡིན་ན། ལུམ་པའི་ལྷན་ཞིག་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན་པས་
ཁྱབ་ཟེར་ན། ལུམ་པའི་རྒྱར་གྱུར་པའི་འཛིན་པ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར།
ཁྱབ་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། ལུམ་པ་བྱོད་གྱི་འབྲས་
བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། ལུམ་པ་ཚོས་ཅན། བྱོད་རང་གི་རྒྱར་གྱུར་པའི་
འཛིན་པའི་འབྲས་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱོད་གྱི་རྒྱར་གྱུར་པའི་འཛིན་པ་ཡོད་པའི་
ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། ལུམ་པའི་ལྷན་ཞིག་བྱེད་རྒྱུ་མ་ཡིན་
པར་ཐལ། ལུམ་པའི་ཉེར་ལེན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། རྒྱ་ཡིན་ན། ཉེར་ལེན་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། མར་མེ་སྐད་ཅིག་
ཐ་མ་ཚོས་ཅན། ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་པ་ཁས།
① མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དངོས་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་
འདོད་ན། མར་མེ་སྐད་ཅིག་ཐ་མ་ཚོས་ཅན། ཉེར་ལེན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་
གི་ཉེར་འབྲས་རང་གི་རྣམས་རྒྱན་ཕྱི་མར་གཙོ་བོར་སྦྱེད་བྱེད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་
གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། བྱོད་གྱི་རྣམས་རྒྱན་ཕྱི་མ་མེད་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་
ན། དེ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། བྱོད་རྣམས་རྒྱན་འཆད་ཁ་མའི་དངོས་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། གྲུབ་བདེ་གཅིག་ཡིན་ན། གྲུབ་བདེ་རྣམས་གཅིག་ཡིན་པས་ཁྱབ་
ཟེར་ན། ཅན་དན་གྱི་ཁ་དོག་དང་། ཅན་དན་གྱི་རྒྱ་གཉིས་ཚོས་ཅན། གྲུབ་བདེ་
གཅིག་ཡིན་པར་ཐལ། གྲུབ་བདེ་རྣམས་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་པ་ཁས།

① མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། གྲུབ་བདེ་རྣམས་གཅིག་ཡིན་པར་ཐལ། བྱོད་གཉིས་
གྲུབ་པ་དུས་མཉམ་། གནས་པ་དུས་མཉམ་། འཛིག་པ་དུས་མཉམ་པའི་ཕྱིར།
ཁྱབ་ཏེ། དེ་གྲུབ་བདེ་གཅིག་པའི་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདོད་ན།
ཅན་དན་གྱི་རྒྱ་དང་། ཅན་དན་གྱི་ཁ་དོག་གཉིས་ཚོས་ཅན། གྲུབ་བདེ་རྣམས་
གཅིག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྣམས་གཅིག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། ཅན་དན་གྱི་
རྒྱ་དང་། ཅན་དན་གྱི་ཁ་དོག་གཉིས་ཚོས་ཅན། རྣམས་གཅིག་མ་ཡིན་པར་ཐལ།
རོ་བོ་སོ་སོ་བར་སྦྱོས་པའི་ཚོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། རྩལ་རིགས་གཅིག་ཡིན་ན། རྩལ་གཅིག་ཡིན་པས་བྱལ་ཟེར་ན།
 ཉེར་ལེན་ནས་རྩོག་གཅིག་ལས་སྐྱེས་པའི་ནས་འབྱུ་ཆེ་ཆུང་གཉིས་ཆོས་ཅན། རྩལ་
 གཅིག་ཡིན་པར་ཐལ། རྩལ་རིགས་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་ཁས། ① མ་
 གྲུབ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། རང་གི་ཉེར་ལེན་གཅིག་ལས་སྐྱེས་པའི་ཐ་དད་
 པའི་འདུས་བྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་སྟེ། རྩལ་རིགས་གཅིག་མི་གཅིག་གི་དོན།
 རང་གི་ཉེར་ལེན་གཅིག་མི་གཅིག་ལ་བྱེད་དགོས་པའི་ཕྱིར་ཉེ། རྩལ་རིགས་གཅིག་
 མི་གཅིག་གི་དོན་བཤད་ཚུལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདོད་ན། དེ་གཉིས་
 ཆོས་ཅན། རྩལ་གཅིག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རོ་བོ་གཅིག་པར་སྐྱེས་པའི་ཆོས་མ་
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེ། རོ་བོ་ཐ་དད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། རིགས་གཅིག་ཡིན་ན། བདག་ཉིད་གཅིག་ཡིན་པས་བྱལ་ཟེར་ན།
 ཉ་དཀར་ནག་གཉིས་ཆོས་ཅན། བདག་ཉིད་གཅིག་ཡིན་པར་ཐལ། རིགས་གཅིག་
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། རྩོག་
 པ་རིགས་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། ཀང་ཟག་
 ཀང་གིས་ཡིད་གཏད་པས་མཐོང་ཅམ་ཉིད་ནས་འདི་དང་འདི་འདྲའོ་སྐྱམ་པའི་
 སྟོང་ང་གི་སྐྱེད་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་སྟེ། རྩོག་པ་རིགས་གཅིག་གི་
 དོན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། བདག་ཉིད་གཅིག་མ་
 ཡིན་པར་ཐལ། རོ་བོ་ཐ་དད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེ། བན་ཚུན་འབྲེལ་མེད་དོན་གཞན་
 ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས། རང་གི་ལུགས་བཞག་པ།

རྒྱུའི་མཚན་ཉིད་ཡོད་དེ། རྐྱེད་བྱེད་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་
 དངོས་པོ་གསུམ་དོན་གཅིག་ དངོས་པོའི་རྒྱུའི་མཚན་ཉིད་ཡོད་དེ། དངོས་པོའི་
 རྐྱེད་བྱེད་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེ། དངོས་པོ་ཡིན་ན། བྱོད་ཀྱི་རྐྱེད་བྱེད་བྱོད་ཀྱི་
 རྒྱུའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པས་བྱལ་པའི་ཕྱིར། དངོས་པོའི་རྒྱ་ལ་དབྱེན་གཉིས་ཡོད་
 དེ། དངོས་པོའི་དངོས་རྒྱ་དང་། དངོས་པོའི་བརྒྱུད་རྒྱ་གཉིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར།
 དངོས་པོའི་དངོས་རྒྱུའི་མཚན་ཉིད་ཡོད་དེ། དངོས་པོའི་དངོས་སུ་རྐྱེད་བྱེད་དེ་དེ་

ཡིན་པའི་ཕྱིར། མཚན་གཞི་ཡོད་དེ། དངོས་པོའི་སྤྲོ་ལྷགས་སུ་བྱུང་བ་དེ་དེ་ཡིན་
པའི་ཕྱིར། དངོས་པོའི་བརྒྱད་རྒྱུ་མཚན་ཉིད་ཡོད་དེ། དངོས་པོའི་བརྒྱད་ནས་
སྦྱང་བྱེད་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མཚན་གཞི་ཡོད་དེ། དངོས་པོའི་སྤྲོ་ལྷགས་སུ་
བྱུང་བའི་སྤྲོ་ལྷགས་སུ་བྱུང་བ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེས་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་
དངོས་རྒྱ་དང་བརྒྱད་རྒྱུ་ལ་རིགས་འགྲོ།

ཡང་དངོས་པོའི་རྒྱ་ལ་དབྱེ་ན་གཉིས་ཡོད་དེ། དངོས་པོའི་ཉེར་ལེན་དང་
དངོས་པོའི་ལྷན་ཞིག་བྱེད་ཆེན་གཉིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དངོས་པོའི་ཉེར་ལེན་གྱི་
མཚན་ཉིད་ཡོད་དེ། དངོས་པོ་རང་གི་རྣམས་རྒྱན་དུ་གཙོ་བོར་སྦྱང་བྱེད་དེ་དེ་ཡིན་
པའི་ཕྱིར། མཚན་གཞི་ཡོད་དེ། དངོས་པོའི་རྒྱར་གྱུར་པའི་བྱས་པ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་
ཕྱིར། དངོས་པོའི་ལྷན་ཞིག་བྱེད་ཆེན་གྱི་མཚན་ཉིད་ཡོད་དེ། དངོས་པོ་རང་གི་
རྣམས་རྒྱན་མ་ཡིན་པར་རྣམས་སུ་གཙོ་བོར་སྦྱང་བྱེད་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མཚན་
གཞི་ཡོད་དེ། དངོས་པོའི་རྒྱར་གྱུར་པའི་གང་ཟག་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འབྲས་
བུའི་མཚན་ཉིད་ཡོད་དེ། བསྐྱེད་བྱ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དངོས་པོའི་འབྲས་བུའི་
མཚན་ཉིད་ཡོད་དེ། དངོས་པོའི་བསྐྱེད་བྱ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མཚན་གཞི་ཡོད་
དེ། དངོས་པོའི་སྤྲོ་ལྷགས་སུ་བྱུང་བ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དངོས་པོའི་འབྲས་བུ་
ལ་དབྱེ་ན་གཉིས་ཡོད་དེ། དངོས་པོའི་དངོས་འབྲས་དང་དངོས་པོའི་བརྒྱད་
འབྲས་གཉིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དངོས་པོའི་དངོས་འབྲས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཡོད་དེ།
དངོས་པོའི་དངོས་སུ་བསྐྱེད་བྱ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མཚན་གཞི་ཡོད་དེ། དངོས་
པོའི་སྤྲོ་ལྷགས་སུ་བྱུང་བ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དངོས་པོའི་བརྒྱད་འབྲས་ཀྱི་
མཚན་ཉིད་ཡོད་དེ། དངོས་པོའི་བརྒྱད་ནས་བསྐྱེད་བྱ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
མཚན་གཞི་ཡོད་དེ། དངོས་པོའི་སྤྲོ་ལྷགས་སུ་བྱུང་བའི་སྤྲོ་ལྷགས་སུ་བྱུང་བ་དེ་དེ་
ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེས་དངོས་པོ་གཞན་གྱི་དངོས་འབྲས་དང་བརྒྱད་འབྲས་ལ་
རིགས་འགྲོ།

གསུམ། རྩོད་པ་སྤོང་བ།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། དངོས་པོའི་ཉེར་ལེན་མེད་པར་ཐལ། དངོས་པོའི་སྤྲེལ་ལྷགས་སུ་
བྱུང་བ་དེ་དེ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དངོས་པོའི་སྤྲེལ་ལྷགས་སུ་བྱུང་བ་ཆོས་
ཅན། དངོས་པོའི་ཉེར་ལེན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱོད་དངོས་པོར་འགྱུར་ངེས་མ་
ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དངོས་པོའི་སྤྲེལ་ལྷགས་སུ་བྱུང་བ་ཆོས་ཅན། དངོས་
པོར་འགྱུར་ངེས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དངོས་པོར་གྱུར་ཟིན་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན་མ་
ཁྲལ། མ་གྲུབ་ན། དངོས་པོའི་སྤྲེལ་ལྷགས་སུ་བྱུང་བ་ཆོས་ཅན། དངོས་པོར་གྱུར་
ཟིན་པར་ཐལ། དངོས་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཀ་བུམ་གཉིས་ཆོས་ཅན། བྱོད་ཀྱི་ཉེར་ལེན་ཡོད་པར་ཐལ།
བྱོད་དངོས་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་ཁས། འདོད་ན། ཀ་བུམ་གཉིས་ཆོས་ཅན།
བྱོད་ཏུ་འགྱུར་ངེས་ཡོད་པར་ཐལ། བྱོད་ཀྱི་ཉེར་ལེན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། བྱོད་ཀྱི་ཉེར་
ལེན་ཡོད་ན་བྱོད་ཏུ་འགྱུར་ངེས་ཡོད་པས་མ་ཁྲལ། དཔེར་ན། དེ་རིང་ས་ཁོང་ནང་ཏུ་བཏབ་
པའི་ས་བོན་དེ་སྤྱི་གུའི་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་ཀྱང་། དེ་སྤྱི་གུར་འགྱུར་ངེས་ཡིན་པས་མ་ཁྲལ་སྟེ།
སང་ཉིན་ས་བོན་དེ་བྱིལ་བ་སྤྱོད་མི་ཤིང་པའི་ཕྱིར། རྟགས་ཁས། འདོད་ན། ཀ་བུམ་གཉིས་
ཆོས་ཅན། བྱོད་ཀྱི་ཡིན་པ་ཡོད་པར་ཐལ། བྱོད་ཏུ་འགྱུར་ངེས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་
ན་གོང་ཏུ་མ་ཁྲལ།

དངོས་པོ་ཡིན་ན། རང་གི་རྒྱུའི་འབྲས་བུ་ཡིན་པས་བྱལ་བྱས་པ་ལ་ཁོ་ན་རེ།
རང་གི་རྒྱ་ཆོས་ཅན། རང་གི་རྒྱུའི་འབྲས་བུ་ཡིན་པར་ཐལ། དངོས་པོ་ཡིན་པའི་
ཕྱིར་ཟེར་ན། རྟགས་མ་གྲུབ་སྟེ། རང་གི་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རང་རྟག་པ་ཡིན་
པའི་ཕྱིར། ཁོ་ན་རེ། བུམ་པ་ཆོས་ཅན། རྒྱ་འབྲས་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱ་འབྲས་གཉིས་
ཀ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲལ་སྟེ། བུམ་པ་ཆོས་ཅན། རྒྱ་འབྲས་མ་ཡིན་པར་
ཐལ། ཐ་དད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ས་བཅད་གསུམ་པ། སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གི་རྩམ་གཞག་བཤད་པ།

གཅིག་ ཁག་ལྷགས་དགག་པ།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། སྤྱི་ཡིན་ན་བྱེ་བྲག་མ་ཡིན་པས་བྱལ་ཟེར་ན། དངོས་པོ་ཆོས་

ཅན། བྱེ་བྲག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྤྱི་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱེ་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན།
དངོས་པོ་ཚེས་ཅན། སྤྱི་ཡིན་པར་ཐལ། བྱོད་གྱི་བྱེ་བྲག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་
ན། དངོས་པོ་ཚེས་ཅན། བྱོད་གྱི་བྱེ་བྲག་ཡོད་པར་ཐལ། བྱམ་པ་དེ་དེ་ཡིན་
པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། བྱམ་པ་ཚེས་ཅན། བྱོད་དངོས་པོའི་བྱེ་བྲག་ཡིན་པར་
ཐལ། བྱོད་དངོས་པོ་ཡིན། བྱོད་དངོས་པོ་དང་བདག་གཅིག་ཏུ་འབྲེལ། བྱོད་
མ་ཡིན་ཞིང་དངོས་པོ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་དུ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར།

རྟགས་གཉིས་པ་མ་གྲུབ་ན། བྱམ་པ་ཚེས་ཅན། དངོས་པོ་དང་བདག་ཉིད་
གཅིག་ཡིན་པར་ཐལ། དངོས་པོ་དང་བདག་ཉིད་གཅིག་ཡིན་པ་གང་ཞིག་དངོས་
པོ་དང་ཐ་དད་ཀྱང་ཡིན། དངོས་པོ་མེད་ན་བྱོད་མེད་དགོས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་
དང་པོ་(དངོས་པོ་དང་བདག་ཉིད་གཅིག་ཡིན་པ་གང་ཞིག)མ་གྲུབ་ན། བྱམ་པ་
ཚེས་ཅན། དངོས་པོ་དང་བདག་ཉིད་གཅིག་ཡིན་པར་ཐལ། དངོས་པོ་དང་རང་
བཞིན་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་གཉིས་པ་མ་གྲུབ་ན། བྱམ་པ་ཚེས་ཅན།
དངོས་པོ་དང་ཐ་དད་ཡིན་པར་ཐལ། གཟུགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་གསུམ་པ་
མ་གྲུབ་ན། བྱམ་པ་ཚེས་ཅན། དངོས་པོ་མེད་ན་བྱོད་མེད་དགོས་པར་ཐལ།
དངོས་པོ་མེད་ན་གང་དུན་དུན་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར།

གོང་གི་རྟགས་གསུམ་པ་མ་གྲུབ་ན། བྱམ་པ་ཚེས་ཅན། བྱོད་མ་ཡིན་ཞིང་
དངོས་པོ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་དུ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། ཅན་དན་གྱི་ཀ་བ་
དེ་ཡང་དེ་ཡིན། རྟག་པའི་ཀ་བ་དེ་ཡང་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདོད་ན།
དངོས་པོ་ཚེས་ཅན། བྱེ་བྲག་ཡིན་པར་ཐལ། ཤེས་བྱའི་བྱེ་བྲག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
མ་གྲུབ་ན། དངོས་པོ་ཚེས་ཅན། ཤེས་བྱའི་བྱེ་བྲག་ཡིན་པར་ཐལ། བྱོད་ཤེས་བྱ་
ཡིན། བྱོད་ཤེས་བྱ་དང་བདག་གཅིག་ཏུ་འབྲེལ། བྱོད་མ་ཡིན་ཞིང་ཤེས་བྱ་ཡང་
ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་དུ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། དངོས་པོའི་སྤྱི་ཡིན་ན། དོན་བྱེད་རུས་པའི་སྤྱི་ཡིན་པས་བྱེ་བྲག་

① དངོས་པོ་དང་ཐ་དད་ཀྱང་ཡིན།

② དངོས་པོ་མེད་ན་བྱོད་མེད་དགོས་པའི་ཕྱིར།

ཟེར་ན། མཚོན་བྱ་ཚུ་ཅན། འོན་ཀྱང་རྒྱས་པའི་སྤྱི་ཡིན་པར་ཐལ། དངོས་པོའི་
 སྤྱི་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱ་པ་ལས། ① མ་གྲུབ་ན། མཚོན་བྱ་ཚུ་ཅན། བྱོད་
 དངོས་པོའི་སྤྱི་ཡིན་པར་ཐལ། དངོས་པོ་བྱོད་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་
 ན། དངོས་པོ་ཚུ་ཅན། མཚོན་བྱའི་བྱེ་བྲག་ཡིན་པར་ཐལ། བྱོད་མཚོན་བྱ་ཡིན།
 བྱོད་མཚོན་བྱ་དང་བདག་གཅིག་ཏུ་འབྲེལ། བྱོད་མ་ཡིན་ཞིང་མཚོན་བྱ་ཡང་ཡིན་
 པའི་གཞི་མཐུན་པ་དུ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདོད་ན། འོན་ཀྱང་རྒྱས་པ་
 ཚུ་ཅན། བྱོད་མཚོན་བྱའི་བྱེ་བྲག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། མཚོན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་
 ཏེ། དངོས་པོའི་མཚོན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ལ་ཅིག་རྟག་པའི་སྤྱི་ཡིན་ན། རྟག་པའི་བྱེ་བྲག་མ་ཡིན་པས་བྱ་ཟེར་ན། སྤྱི་
 ཚུ་ཅན། རྟག་པའི་བྱེ་བྲག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྟག་པའི་སྤྱི་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ① མ་
 གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། རྟག་པ་བྱོད་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྟག་པ་སྤྱི་
 ཡིན། རྟག་པ་སྤྱི་དང་བདག་གཅིག་ཏུ་འབྲེལ། རྟག་པ་མ་ཡིན་ཞིང་སྤྱི་ཡང་ཡིན་
 པའི་གཞི་མཐུན་པ་དུ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདོད་ན། སྤྱི་ཚུ་ཅན། རྟག་
 པའི་བྱེ་བྲག་ཡིན་པར་ཐལ། བྱོད་རྟག་པ་ཡིན། བྱོད་རྟག་པ་དང་བདག་གཅིག་ཏུ་
 འབྲེལ། བྱོད་མ་ཡིན་ཞིང་རྟག་པ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་དུ་མ་གྲུབ་པའི་
 ཕྱིར།

ལ་ཅིག་དངོས་པོའི་སྤྱི་ཡིན་ན། དངོས་པོའི་བྱེ་བྲག་མ་ཡིན་པས་མ་བྱ་ཟེར་
 ན། །དངོས་པོའི་སྤྱི་ཡིན་ན། དངོས་པོའི་བྱེ་བྲག་ཡིན་པས་མ་བྱ་ཅེས་པའི་དོན་ཡིན། འདོད་
 ཟེར་ལན་བཏབ་ན། དངོས་པོའི་སྤྱི་དང་དངོས་པོའི་བྱེ་བྲག་གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་ཞིག་མཚན་གཞི་
 འཛོག་རྒྱ་ཡོད་དགོས་པས་དེ་ཆེད་མི་སྤྱི་པའི་ཕྱིར། ། མི་འཐད་དེ། དངོས་པོའི་སྤྱི་དང་
 དངོས་པོའི་བྱེ་བྲག་གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་མེད་
 པར་ཐལ། དེར་གྱུར་པའི་རྟག་པ་ཡང་མེད། དེར་གྱུར་པའི་མི་རྟག་པ་ཡང་མེད་
 པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། རྟག་པ་ཡིན་ན་དངོས་པོའི་བྱེ་བྲག་མ་ཡིན་པས་
 བྱ་ཟེར་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྟག་པ་ཡིན་ན། དངོས་པོ་མ་ཡིན་པས་བྱ་ཟེར་པའི་ཕྱིར། ཞོང་གི་
 རྟག་པ་གཉིས་པ་གྲུབ་ཏེ། དངོས་པོའི་སྤྱི་རྟག་པའི་དངོས་པོ་ཡིན་ན། གང་དུན་

དུན་ཡིན་པས་ཁྱབ་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། སྒྲིབ་ཀྱི་བྱ་བ་ཡིན་ན། དངོས་པོའི་བྱ་བ་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་
ན། དངོས་པོའི་རྒྱར་རྒྱར་པའི་ཚད་མ་དང་བཅད་ཤེས་གཉིས་ཚོས་ཅན། དངོས་
པོའི་བྱ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། སྒྲིབ་ཀྱི་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་པ་ཁས། ① མ་
གྲུབ་ན། དངོས་པོའི་རྒྱར་རྒྱར་པའི་ཚད་མ་དང་བཅད་ཤེས་གཉིས་ཚོས་ཅན།
སྒྲིབ་ཀྱི་བྱ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་སྒྲིབ་ཡིན། ཁྱོད་སྒྲིབ་དང་བདག་གཅིག་ཏུ་འབྲེལ།
ཁྱོད་མ་ཡིན་ཞིང་། སྒྲིབ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་དུ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་
དང་གཉིས་པ་སྒྲིབ། གསུམ་པ་མ་གྲུབ་ན། དེ་འདྲ་བའི་གཞི་མཐུན་པ་དུ་མ་གྲུབ་
པར་ཐལ། རྣམ་མཐུན་དེ་ཡང་དེ་ཡིན། ཚད་མ་དེ་ཡང་དེ་ཡིན། དེ་གཉིས་པ་ན་
ཚུན་ཐ་དད་དུ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ② ཚུ་བར་འདོད་ན། དངོས་པོའི་རྒྱར་རྒྱར་པའི་
ཚད་མ་དང་བཅད་ཤེས་གཉིས་ཚོས་ཅན། དངོས་པོའི་བྱ་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།
དངོས་པོ་དང་བདག་གཅིག་ཏུ་འབྲེལ་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དངོས་
པོའི་རྒྱར་རྒྱར་པའི་ཚད་མ་དང་བཅད་ཤེས་གཉིས་ཚོས་ཅན། དངོས་པོ་དང་
བདག་གཅིག་ཏུ་འབྲེལ་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དངོས་པོའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས། རང་གི་ལུགས་བཞག་པ།

སྒྲིབ་མཚན་ཉིད་ཡོད་དེ། རང་གི་གསལ་བ་ལ་རྗེས་སུ་འགོ་བའི་ཚོས་དེ་དེ་
ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྒྲིབ་ལ་སྒྲིབ་བརྗོད་རིགས་ཀྱི་སྒྲིབ་ནས་དབྱེ་ན་གསུམ་ཡོད་དེ། རིགས་
སྒྲིབ། དོན་སྒྲིབ། ཚོགས་སྒྲིབ་དང་གསུམ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

རིགས་སྒྲིབ་མཚན་ཉིད་ཡོད་དེ། རང་གི་རིགས་ཅན་དུ་མ་ལ་རྗེས་སུ་འགོ་བའི་
ཚོས་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མཚན་གཞི་ཡོད་དེ། ཤེས་བྱ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བུམ་
པའི་དོན་སྒྲིབ་མཚན་ཉིད་ཡོད་དེ། བུམ་འཛིན་རྟོག་པ་ལ་བུམ་པ་མ་ཡིན་བཞིན་
དུ་བུམ་པ་ལྟ་བུར་སྤང་བའི་སྒྲིབ་བཀྲགས་ཀྱི་ཆ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མཚན་གཞི་
ཡོད་དེ། བུམ་འཛིན་རྟོག་པ་སྤང་ཅིག་མ་གཉིས་པ་ལ་བུམ་པ་སྤང་ཅིག་གཉིས་པ་
མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པར་སྤང་བ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཚོགས་སྒྲིབ་མཚན་ཉིད་ཡོད་དེ། རང་གི་ཆ་ཤས་དུ་མ་འདུས་པའི་གཞུགས་

རགས་པ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མཚན་གཞི་ཡོད་དེ། བུམ་པ་དང་ཀ་བ་ལྟ་བུ་དེ་
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཚྲིགས་སྤྱི་དང་། རིགས་སྤྱིའི་གཞི་མཐུན་ཡོད་དེ། བུམ་པ་དེ་དེ་
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཚྲིགས་སྤྱི་མ་ཡིན་པ་དང་། རིགས་སྤྱིའི་གཞི་མཐུན་ཡོད་དེ། ཤེས་བྱ་
 དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རིགས་སྤྱི་མ་ཡིན་པ་དང་། ཚྲིགས་སྤྱིའི་གཞི་མཐུན་ཡོད་དེ།
 ཀ་བུམ་གཉིས་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རིགས་སྤྱི་མ་ཡིན་པ་དང་། ཚྲིགས་སྤྱི་མ་ཡིན་
 པའི་གཞི་མཐུན་ཡོད་དེ། རྟག་དངོས་གཉིས་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྩེ་བྲག་གི་མཚན་
 ཉིད་ཡོད་དེ། རྩེ་བྲག་དུ་འཇུག་པའི་རང་གི་རིགས་ཡོད་པ་ཅན་གྱི་ཚོས་དེ། རང་
 ཉིད་རྩེ་བྲག་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

དོན་སྤྱིའི་མཚན་ཉིད་ཡོད་དེ། རྟག་པའི་སྤྱང་ངོ་ཅམ་དུ་གྲུབ་པའི་སྒྲོ་བཏགས་
 གྱི་ཆ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མཚན་གཞི་ཡོད་དེ། སྒྲོ་ངོར་སྤྱང་བའི་ཚོས་དེ་དེ་ཡིན་པའི་
 ཕྱིར། དཔེར་ན། སྒྲོ་ངོར་སྤྱང་བའི་བུམ་པ་དང་། སྒྲོ་ངོར་སྤྱང་བའི་རང་གི་པ་ཡུལ་
 གྱི་ནམ་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །

གསུམ། ཚུད་པ་སྒྲོང་བ།

ཁོ་ན་རེ། ཀ་བུམ་གཉིས་ཚོས་ཅན། སྤྱི་ཡིན་པར་ཐལ། ཚྲིགས་སྤྱི་ཡིན་པའི་ཕྱིར་
 བ་མ་ཁྲལ། རྟགས་གྲུབ་སྟེ། རུལ་རྫས་བརྒྱད་འདུས་གྱི་གོང་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
 འདོད་ན། དེ་ཚོས་ཅན། སྤྱི་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱོད་གྱི་བྲེ་བྲག་མེད་པའི་ཕྱིར། མ་
 གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། བྱོད་ཡིན་པ་མི་སྤྱིད་པའི་ཤེས་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

བརྒྱུད་སྒྲིབ་གི་ཁ་བྱང་།

- ༡ ཁ་དོག་ཡིན་པ་དམར་པོ་ཡིན་པས་བྱང་ཞེས་པའི་དོན་གང་ཡིན་གྱིས།
- ༢ ཚ་བའི་ཁ་དོག་དང་ཡན་ལག་གི་ཁ་དོག་གཉིས་ལ་བྱང་པར་ཅི་ཡོད།
- ༣ རྟ་དཀར་པོ་དང་རྟ་དཀར་པོའི་ཁ་དོག་གཉིས་ལ་བྱང་པར་གང་ཡོད།
- ༤ དབྱིབས་དང་ཁ་དོག་གཉིས་ཀྱི་གཟུགས་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་།
- ༥ ཤེས་བྱ་རྟ་གི་པ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་།
- ༦ དངོས་རྒྱ་དང་བརྒྱད་རྒྱ་གཉིས་ལ་བྱང་པར་གང་ཡོད།
- ༧ རྒྱ་ལ་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་དང་ལྷན་ཞིག་བྱེད་རྒྱུ་གཉིས་ལ་བྱང་པར་གང་ཡོད།
- ༨ གྲུབ་བདེ་གཅིག་དང་གྲུབ་བདེ་ཐུག་གཅིག་ལ་བྱང་པར་གང་ཡོད།
- ༩ རིགས་གཅིག་དང་བདག་ཉིད་གཅིག་ལ་བྱང་པར་གང་ཡོད།
- ༡༠ སྒྲིབ་མཚན་ཉིད་གྱིས།
- ༡༡ སྒྲིབ་ཕྱེ་བྲག་གི་འབྲེལ་བ་གྲུབ་ཚུལ་ལ་བྱང་ཚུལ་གང་ཚང་དགོས།
- ༡༢ རྟ་དཀར་གཉིས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་ཡིན།
- ༡༣ དངོས་པོའི་བྱེ་བྲག་གང་ཡིན་གྱིས།
- ༡༤ ཡིན་པ་མི་སྲིད་པའི་ཤེས་བྱ་ཞེས་པ་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་ཟེར།
- ༡༥ རྒྱལ་ཐུག་བརྒྱད་འདུས་ཀྱི་གོང་བྱ་ཞེས་པའི་དོན་གང་ཡིན།

སྒྲིབ་ཆེན་བླག་ལ།

རིགས་ལམ་གྱི་དཔེར་བརྗོད་གསར་པ་འགའ་ཞིག

ས་བཅད་དང་པོ། རྒྱ་འབྲས་ལོགས་གྱི་དཔེར་བརྗོད་གསར་པ།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། རྒྱ་ཡིན་ན། འབྲས་བྱ་མ་ཡིན་པས་བྱ་བ་ཟེར་ན། ཉན་གྱི་ས་བོན་
 ཆོས་ཅན། འབྲས་བྱ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱ་བ་པ་ཁས། ① མ་
 གྲུབ་ན། ཉན་གྱི་ས་བོན་ཆོས་ཅན། རྒྱ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱོད་གྱི་འབྲས་བྱ་ཡོད་པའི་
 ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། ཉན་གྱི་ས་བོན་ཆོས་ཅན། འབྲས་བྱ་ཡོད་པར་ཐལ། བྱོད་གྱི་ཕྱི་
 ལོགས་སུ་བྱུང་བའི་ནས་འབྱུང་། བྱོད་གྱི་འབྲས་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན།
 བྱོད་གྱི་ཕྱི་ལོགས་སུ་བྱུང་བའི་ནས་འབྱུང་། བྱོད་གྱི་འབྲས་བྱ་ཡིན་པར་
 ཐལ། བྱོད་འདུས་བྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདོད་ན། ཉན་གྱི་ས་བོན་
 ཆོས་ཅན། འབྲས་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱོད་གྱི་རྒྱ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། ཉན་
 གྱི་ས་བོན་ཆོས་ཅན། བྱོད་གྱི་རྒྱ་ཡོད་པར་ཐལ། བྱོད་གྱི་སྤྱི་ལོགས་སུ་བྱུང་བའི་
 ཉན་འབྱུང་། བྱོད་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། དེ་བྱོད་གྱི་རྒྱ་
 ཡིན་པར་ཐལ། བྱོད་དེའི་འབྲས་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཡང་། ཁ་ཅིག་ན་རེ། རྒྱ་ཡིན་ན། འབྲས་བྱ་མ་ཡིན་པས་བྱ་བ་ཟེར་ན། འདྲ་
 མཉམ་ཆོས་ཅན། འབྲས་བྱ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱ་བ་པ་ཁས།
 ① མ་གྲུབ་ན། འདྲ་མཉམ་ཆོས་ཅན། རྒྱ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱོད་གྱི་འབྲས་བྱ་ཡོད་
 པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། འདྲ་མཉམ་ཆོས་ཅན། བྱོད་གྱི་འབྲས་བྱ་ཡོད་པར་ཐལ།
 བྱོད་གྱི་ཕྱི་ལོགས་སུ་བྱུང་བའི་མཐུན་སྒྲིལ་དེ། བྱོད་གྱི་འབྲས་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་
 གྲུབ་ན། མཐུན་སྒྲིལ་ཆོས་ཅན། བྱོད་འདྲ་མཉམ་གྱི་འབྲས་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ།
 བྱོད་གཉིས་མེད་ན་མི་འབྱུང་གི་འབྲེལ་པ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདོད་ན།
 འདྲ་མཉམ་ཆོས་ཅན། འབྲས་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱོད་དམངས་གཙོའི་འབྲས་བྱ་
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། བྱོད་དམངས་གཙོའི་འབྲས་བྱ་ཡིན་

པར་ཐལ། བྱོད་དམངས་གཙོའི་ལམ་ལུགས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་གང་ཞིག
དམངས་གཙོ་མེད་ན་བྱོད་མེད་པས་བྱབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་དང་པོ་གྲུབ་སྟེ། སྲིད་
དབང་སྐར་གཙོད་གྱི་ལམ་ལུགས་ལ་འདྲ་མཉམ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་གཉིས་
པའང་གྲུབ་སྟེ། བྱོད་གཉིས་མེད་ན་མི་འབྱུང་གི་འབྲེལ་བ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར།

སྲིར་རྒྱ་འབྲས་གཉིས་ཕན་ཚུན་ལྟོས་གྲུབ་གྱི་འབྲེལ་བ་ཡིན་པས་འགལ་བ་
མེད་ཀྱང་། གཞི་གཅིག་ལ་ལྟོས་ན་རྒྱ་འབྲས་གཉིས་འགལ་བ་ཡིན་ཏེ། བྱོད་གྱི་རྒྱ་
ཡང་བྱོད་ཡིན། བྱོད་གྱི་འབྲས་སུ་ཡང་བྱོད་ཡིན་པའི་དངོས་པོ་ཞིག་མེད་པའི་
ཕྱིར། དཔེར་ན། སྲིར་པ་སུ་གཉིས་མི་འགལ་བ་ཡིན་ཏེ། བཀྲ་ཤིས་ལྟ་སུ་ཞིག་ལ་
མཚོན་ན། བྱོད་གྱི་པ་ལ་ལྟོས་ན་བྱོད་སུ་ཡིན་པ་དང་། བྱོད་གྱི་སུ་ལ་ལྟོས་ན་
བྱོད་པ་ཡིན་པའི་སྲིར་ན་ལྟོས་བཅས་གྱི་སྒྲོ་ནས་བྱོད་སྲིར་པ་སུ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་
ལ་འགལ་བ་མེད་དོ། འོན་ཀྱང་གཞི་བཀྲ་ཤིས་ལ་ལྟོས་ན་པ་སུ་གཉིས་འགལ་བ་
ཡིན་ཏེ། བྱོད་བཀྲ་ཤིས་གྱི་པ་མིན་པ་གང་ཞིག་བྱོད་བཀྲ་ཤིས་གྱི་སུ་ཡང་ཡིན་མི་
སྲིད་པ་བཞིན་ལོ། །

ཁ་ཅིག་ན་རེ། གྲུབ་བདེ་གཅིག་ཡིན་ན། གྲུབ་བདེ་རྣམས་གཅིག་ཡིན་པས་བྱབ་
ཟེར་ན། མིའི་ངོ་གདོང་གི་མིག་དང་། རྣ་གཉིས་ཚོས་ཅན། གྲུབ་བདེ་གཅིག་ཡིན་
པར་ཐལ། གྲུབ་བདེ་རྣམས་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། དེ་
ཚོས་ཅན། གྲུབ་བདེ་རྣམས་གཅིག་ཡིན་པར་ཐལ། བྱོད་གཉིས་གྲུབ་པ་དུས་མཉམ།
གནས་པ་དུས་མཉམ། འཇིག་པ་དུས་མཉམ་པའི་ཕྱིར། བྱབ་སྟེ། དེ་གྲུབ་བདེ་
གཅིག་པའི་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ② ཅ་བར་འདོད་ན། མིའི་ངོ་གདོང་གི་མིག་
དང་། རྣ་གཉིས་ཚོས་ཅན། གྲུབ་བདེ་རྣམས་གཅིག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྣམས་གཅིག་
མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། མིའི་ངོ་གདོང་གི་མིག་དང་། རྣ་གཉིས་ཚོས་ཅན།
རྣམས་གཅིག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རོ་བོ་སོ་སོ་བར་སྐྱེས་པའི་ཚོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། རྣམས་རིགས་གཅིག་ཡིན་ན། རྣམས་གཅིག་ཡིན་པས་བྱབ་ཟེར་ན།
ཉེར་ལེན་པ་མའི་ས་བོན་གཅིག་ལས་སྐྱེས་པའི་ཕྱ་གྲུ་མཚོར་མ་པོ་མོ་གཉིས་ཚོས་
ཅན། རྣམས་གཅིག་ཡིན་པར་ཐལ། རྣམས་རིགས་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་

ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། རང་གི་ཉེར་ལེན་གཅིག་ལས་སྐྱེས་
 པའི་ཐ་དད་པའི་འདུས་བྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་སྟེ། རྣམ་རིགས་གཅིག་མི་གཅིག་
 གི་དོན། རང་གི་ཉེར་ལེན་གཅིག་མི་གཅིག་ལ་བྱེད་དགོས་པའི་ཕྱིར་རྟེ། རྣམ་
 རིགས་གཅིག་མི་གཅིག་གི་དོན་བཤད་ཚུལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ② ཅ་བར་འདོད་ན།
 དེ་གཉིས་ཚོས་ཅན། རྣམ་གཅིག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རོ་བོ་གཅིག་པར་སྐྱེས་པའི་
 ཚོས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྟེ། རོ་བོ་ཐ་དད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྤུ་གུ་ཕོ་ཕོ་གཉིས་ཡིན་
 པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། རིགས་གཅིག་ཡིན་ན། བདག་ཉིད་གཅིག་ཡིན་པས་བྱབ་ཟེར་ན།
 མི་ཕོ་ཕོ་གཉིས་ཚོས་ཅན། བདག་ཉིད་གཅིག་ཡིན་པར་ཐལ། རིགས་གཅིག་ཡིན་
 པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། རིགས་གཅིག་ཡིན་པར་
 ཐལ། རྣམ་པ་རིགས་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། རྣམ་པ་
 རིགས་གཅིག་ཡིན་པར་ཐལ། གང་བྱག་གང་གིས་ཡིད་གཏད་པས་མཐོང་ཅམ་
 ཉིད་ནས་འདི་དང་འདི་འདྲའི་སྒྲུལ་པའི་སྒོ་དང་གི་སྐྱེད་རྣམས་པའི་ཚོས་ཡིན་པའི་
 ཕྱིར། བྱབ་སྟེ། རྣམ་པ་རིགས་གཅིག་གི་དོན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ② ཅ་བར་འདོད་
 ན། མི་ཕོ་ཕོ་གཉིས་ཚོས་ཅན། བདག་ཉིད་གཅིག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རོ་བོ་ཐ་
 དད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྟེ། ཕན་ཚུན་འབྲེལ་མེད་དོན་གཞན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། སྤྱི་ཡིན་ན་བྱེ་བྲག་མ་ཡིན་པས་བྱབ་ཟེར་ན། སྤྱི་ཚོས་ཅན།
 བྱེ་བྲག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྤྱི་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། སྤྱི་
 ཚོས་ཅན། སྤྱི་ཡིན་པར་ཐལ། བྱོད་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། སྤྱི་
 ཚོས་ཅན། བྱོད་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ཡོད་པར་ཐལ། འབྲི་མར་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་
 གྲུབ་ན། འབྲི་མར་ཚོས་ཅན། བྱོད་སྤྱི་བྱེ་བྲག་ཡིན་པར་ཐལ། བྱོད་སྤྱི་
 ཡིན། བྱོད་སྤྱི་དང་བདག་གཅིག་ཏུ་འབྲེལ། བྱོད་མ་ཡིན་ཞིང་སྤྱི་ཡང་ཡིན་
 པའི་གཞི་མཐུན་པ་དུ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར།

༢ རྟགས་གཉིས་པ་^①མ་གྲུབ་ན། འབྲི་མར་ཚོས་ཅན། ལྷུ་མ་དང་བདག་ཉིད་གཅིག་ཡིན་པར་ཐལ། ལྷུ་མ་དང་བདག་ཉིད་གཅིག་ཡིན་པ་གང་ཞིག ལྷུ་མ་དང་ཐ་དད་ཀྱང་ཡིན། ལྷུ་མ་མེད་ན་ཁྱོད་མེད་དགོས་པའི་ཕྱིར།

རྟགས་དང་པོ་^②མ་གྲུབ་ན། འབྲི་མར་ཚོས་ཅན། ལྷུ་མ་དང་བདག་ཉིད་གཅིག་ཡིན་པར་ཐལ། ལྷུ་མ་དང་རང་བཞིན་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྟགས་གཉིས་པ་^③མ་གྲུབ་ན། འབྲི་མར་ཚོས་ཅན། ལྷུ་མ་དང་ཐ་དད་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

རྟགས་གསུམ་པ་^④མ་གྲུབ་ན། འབྲི་མར་ཚོས་ཅན། ལྷུ་མ་མེད་ན་ཁྱོད་མེད་དགོས་པར་ཐལ། ལྷུ་མ་མེད་ན་འབྲི་མར་གྱི་མཚན་གཞི་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར།

༣ གོང་གི་རྟགས་གསུམ་པ་མ་གྲུབ་ན། འབྲི་མར་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་མ་ཡིན་ཞིང་ལྷུ་མ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་རྩ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། མར་ནག་དེ་ཡང་དེ་ཡིན། བག་ཚོལ་དེ་ཡང་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདོད་ན། ལྷུ་མ་ཚོས་ཅན། བྱེ་བྲག་ཡིན་པར་ཐལ། ཟས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། ལྷུ་མ་ཚོས་ཅན། ཟས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཟས་ཡིན། ཁྱོད་ཟས་དང་བདག་གཅིག་ཏུ་འབྲེལ། ཁྱོད་མ་ཡིན་ཞིང་ཟས་ཀྱང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་རྩ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཚ་མ་པ་དེ་ཡང་དེ་ཡིན། འཁྱུར་བ་དེ་ཡང་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ས་བཅད་གཉིས་པ། ལྷུ་མ་ཕྱི་སྒྲིབ་ཀྱི་རིགས་ལམ་དཔེ་བཤད་བརྗོད།

【1】འདིར་ཡི་གེའི་སྒྲིབ་ལ་རིགས་པའི་རོལ་ཅེད་འགྲེལ་ཞིག་བཀོད་པ། ཁ་ཅིག་ན་རེ། དབྱངས་གསལ་གྱི་ཡི་གེ་ཡིན་ན་རྗེས་འཇུག་འཇུག་ཡུལ་ཡིན་པས་བྱུང་བ་ཟེར་ན། གི་གུ་སྟགས་དབྱངས་བཞི་པོ་ཚོས་ཅན། རྗེས་འཇུག་བཅུ་པོའི་འཇུག་ཡུལ་ཡིན་པར་ཐལ། དབྱངས་གསལ་གྱི་ཡི་གེ་ཡིན་ཕྱིར། བྱུང་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་

① ཁྱོད་ལྷུ་མ་དང་བདག་གཅིག་ཏུ་འབྲེལ།

② ལྷུ་མ་དང་བདག་ཉིད་གཅིག་ཡིན་པ་གང་ཞིག

③ ལྷུ་མ་དང་ཐ་དད་ཀྱང་ཡིན།

④ ལྷུ་མ་མེད་ན་ཁྱོད་མེད་དགོས་པའི་ཕྱིར།

ན། དབྱངས་བཞི་པོ་ཚོས་ཅན། བྱོད་དབྱངས་གསལ་གྱི་ཡི་གེ་ཡིན་པར་ཐལ།
 བོད་ཀྱི་ཡི་གེ་ལ་དབྱངས་གསལ་གཉིས་སུ་བྱེས་པའི་དབྱངས་ཡིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་
 རོ། ② ཚ་བར་འདོད་ན། གི་གུ་སོགས་དབྱངས་བཞི་པོ་ཚོས་ཅན། རྩེས་
 འཇུག་འཇུག་ཡུལ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྩེས་འཇུག་བརྒྱུ་པོ་གང་རུང་གི་འཇུག་
 ཡུལ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། གི་གུ་སོགས་དབྱངས་བཞི་པོ་ཚོས་ཅན། རྩེས་
 འཇུག་བརྒྱུ་པོ་གང་རུང་གི་འཇུག་ཡུལ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱོད་རང་རྒྱལ་ཐུབ་
 པའི་མིང་གཞི་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

【2】ཁ་ཅིག་ན་རེ། དབྱངས་ཡིག་ཡིན་ན་རྩེས་འཇུག་འཇུག་ཡུལ་མ་ཡིན་པས་མ་
 བྱུང་བར་ན། གི་གུ་སོགས་དབྱངས་བཞི་པོ་ཚོས་ཅན། རྩེས་འཇུག་འཇུག་ཡུལ་
 ཡིན་པར་ཐལ། དབྱངས་ཡིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་ལས། ① མ་གྲུབ་ན། གི་
 གུ་སོགས་དབྱངས་བཞི་པོ་ཚོས་ཅན། དབྱངས་ཡིག་ཡིན་པར་ཐལ། གསལ་བྱེད་
 ཀྱི་ཡི་གེ་རྣམས་ལ་འཇུག་པའི་ང་རྩིས་སྤྱི་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། གི་གུ་སོགས་
 དབྱངས་བཞི་པོ་ཚོས་ཅན། སྤྱི་ང་རྩིས་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དག་ [i] [u] [e]
 [o] རྣམས་ཀྱི་སྒྲ་གདངས་སྟོན་བྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདོད་ན། གི་གུ་
 སོགས་དབྱངས་བཞི་པོ་ཚོས་ཅན། རྩེས་འཇུག་འཇུག་ཡུལ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྟོན་
 རྩེས་མིང་གསུམ་གྱི་བཅས་དབྱེ་བའི་མིང་གཞི་དེ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

【3】ཁ་ཅིག་ན་རེ། བོད་ཀྱི་ཡི་གེ་ཡིན་ན་དབྱངས་གསལ་གཉིས་པོ་གང་རུང་
 ཡིན་པས་བྱུང་བར་ན། བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཞེས་པའི་སྒྲ་གདངས་དེ་ཚོས་ཅན།
 དབྱངས་གསལ་གཉིས་པོ་གང་རུང་ཡིན་པར་ཐལ། བོད་ཀྱི་ཡི་གེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
 བྱུང་པ་ལས། ① མ་གྲུབ་ན། བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཞེས་པའི་སྒྲ་གདངས་དེ་ཚོས་
 ཅན། བོད་ཀྱི་ཡི་གེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་བོད་སྐད་ཀྱི་གདངས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་
 བྱེད་མིང་ཚོགས་བཞུད་པ་ཀྱན་གྱི་གཞིར་གྱུར་པའི་སྐད་ཀྱི་གདངས་ཏེ་བོད་ཡིག་གི་
 མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདོད་ན། བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཞེས་
 པའི་སྒྲ་གདངས་དེ་ཚོས་ཅན། དབྱངས་གསལ་གཉིས་པོ་གང་རུང་མ་ཡིན་པར་
 ཐལ། དབྱངས་བཞི་པོ་མ་ཡིན་པ་གང་ཞིག །གསལ་བྱེད་སུམ་རྩེ་སྒྲ་ཡང་མ་

ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་དབྱངས་གསལ་འདུས་པའི་ཡི་གེ་བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཀྱི་སྒྲ་
ཡིན་པའི་ཕྱིར།

【4】ཁ་ཅིག་ན་རེ། མིང་ཚིག་བརྗོད་པ་ཀུན་གྱི་གཞིར་གྱུར་པའི་མིང་གཞི་ཡིན་
ན་སྟོན་རྩིས་མིང་གསུམ་གྱིས་ལྷས་སྟེ་བའི་མིང་གཞི་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་ན། གི་གྱ་
དང་། འབས་ཀྱ། འགྲང་བ། ར་རོ་རྣམས་རེ་རེ་བཞིན་ཆོས་ཅན། སྟོན་རྩིས་མིང་
གསུམ་གྱིས་ལྷས་སྟེ་བའི་མིང་གཞི་ཡིན་པར་ཐལ། མིང་ཚིག་བརྗོད་པ་ཀུན་གྱི་
གཞིར་གྱུར་པའི་མིང་གཞི་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། དེ་
ཆོས། དེར་ཐལ། དེ་ཡི་གེ་ལྷ་ལི་ཀླ་ལི་གཉིས་སྟེ་བའི་ལྷ་ལི་ཡི་གེ་ཡིན་པའི་
ཕྱིར། ལྷབས་འདིར་ཡི་གེ་ཡིན་ན་མིང་ཚིག་བརྗོད་པ་ཀུན་གྱི་གཞིར་གྱུར་པའི་
མིང་གཞི་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདོད་ན། དེ་དག་ཆོས་ཅན།
སྟོན་རྩིས་མིང་གསུམ་གྱིས་ལྷས་སྟེ་བའི་མིང་གཞི་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྟོན་འཇུག་
གི་འཇུག་ལུལ་མིན་པ་གང་ཞིག རྩིས་འཇུག་གི་འཇུག་ལུལ་ཡང་མ་ཡིན་པའི་
ཕྱིར། ཅགས་དང་པོ་གྲུབ་སྟེ། གི་གྱ་དང་། འབས་ཀྱ། འགྲང་བ། ར་རོ་རྣམས་
ལ་འཇུག་པའི་སྟོན་འཇུག་མེད་པའི་ཕྱིར། ཅགས་གཉིས་པའང་གྲུབ་སྟེ། དེ་དག་
རྣམས་ལ་འཇུག་པའི་རྩིས་འཇུག་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

【5】ཁ་ཅིག་ན་རེ། རྩིས་འཇུག་གི་ཡི་གེ་ཡིན་ན་རྩིས་འཇུག་ཁོ་ན་ཡིན་པས་
བྱུང་བའི་ན། ག་ད་བ་མ་འ་རྣམས་ཆོས་ཅན། རྩིས་འཇུག་ཁོ་ན་ཡིན་པར་
ཐལ། རྩིས་འཇུག་གི་ཡི་གེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། དེ་
དག་ཆོས་ཅན། རྩིས་འཇུག་གི་ཡི་གེ་ཡིན་པར་ཐལ། ག་ད་བ་མ་འ། ར་ལ་
ས་རྣམས་རྩིས་འཇུག་བཅུ་ ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདོད་ན། ཡི་
གེ་དེ་དག་ཆོས་ཅན། རྩིས་འཇུག་ཁོ་ན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དག་སྟོན་འཇུག་གི་
ཡི་གེ་འང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་དག་ཆོས་ཅན། སྟོན་འཇུག་ཡིན་པར་
ཐལ། ག་ད་བ་མ་འ་སྟོན་འཇུག་ ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

【6】ཁ་ཅིག་ན་རེ། སྤང་ཡིན་ན་རྣམ་དབྱེ་མ་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་ན། སྤང་ཅ་རྩ་
ན་ལ་རྩ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ཆོས་ཅན། རྣམ་དབྱེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྤང་ཡིན་

པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། དེ་དག་ཚུལ་ཅན། སྤང་ཡིན་པར་
ཐལ། མིང་ནས་ཚིག་ཏུ་གྲུབ་བྱེད་གྱི་ཆེན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ཚིག་སྤང་གི་མཚན་
ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདོད་ན། དེ་དག་ཚུལ་ཅན། རྣམ་དབྱེ་ཡིན་
པར་ཐལ། རྣམ་དབྱེ་གཉིས་བཞི་བརྒྱུད་པ་རྣམས་སྟོན་བྱེད་གྱི་ཆེན་ཡིན་པ་གང་
ཞིག བྱ་བའི་ཡུལ་དང་། དགོས་ཆེད། གནས་གཞི་རྣམས་གྱི་ཡུལ་ལས་རྣམ་པར་
དབྱེ་བའི་ཆེན་གྱི་ཡི་གེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

【7】ཁ་ཅིག་ན་རེ། བྱེད་སྤྲའི་སྤང་ཡིན་ན་བྱེད་སྤྲ་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན།
གདོང་རང་བཞིན་གྱིས་དཀར་བ་དང་། མཐོ་གང་གིས་རིང་བ་ལ་སོགས་པའི་
སྤང་དེ་དག་ཚུལ་ཅན། བྱེད་སྤྲ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱེད་སྤྲའི་སྤང་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
ཁྱབ་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚུལ་ཅན། བྱེད་སྤྲའི་སྤང་ཡིན་པར་ཐལ། ཚ་
བ་ལས། དེ་ཉིད་ལ་ནི་བརྒྱུད་པ་སྤྲུ། བྱེད་པ་པོ་ཏུ་ཤེས་པར་བྱ། ཞེས་པའི་སྤང་དེ་
དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདོད་ན། བྱེད་སྤྲ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱེད་གྱི་
རྩིས་སུ་བྱ་ཚིག་མེད་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཚུལ་ཅན། དེ་དག་གི་རྩིས་སུ་བྱ་
ཚིག་མེད་པར་ཐལ། བྱེད་སྤྲའི་སྤང་དེ་དག་གི་རྩིས་སུ་ཡོད་པའི་དཀར་བ་དང་།
རིང་བ་རྣམས་བྱ་ཚིག་མིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དཀར་བ་དང་། རིང་བ་ཚུལ་
ཅན། བྱ་ཚིག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱེད་བྱེད་ཚུལ་བརྟོག་པའི་མིང་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

【8】ཁ་ཅིག་ན་རེ། སྟེ་ཏེ་དེ་གསུམ་གང་ཏུང་ཡིན་ན་ལྷག་བཅས་གྱི་དོན་ཁོ་ན་
སྟོན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། རྣམ་གྲངས་གཞན་སྟོར་གྱི་དེ་སྤྲ་དེ་ཚུལ་ཅན། ལྷག་བཅས་
གྱི་སྤང་ཁོ་ན་ཡིན་པར་ཐལ། སྟེ་ཏེ་དེ་གསུམ་གང་ཏུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཁྱབ་
པར་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། རྣམ་གྲངས་གཞན་སྟོར་གྱི་དེ་སྤྲ་དེ་ཚུལ་ཅན། སྟེ་ཏེ་
དེ་གསུམ་གང་ཏུང་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྤྲ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། རྣམ་
གྲངས་གཞན་སྟོར་གྱི་དེ་སྤྲ་དེ་ཚུལ་ཅན། དེ་སྤྲ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་བས་པ་ཡིན།
དེ་བལྟས་པ་ཡིན་ཞེས་པའི་ དེ་སྤྲ་དེ་དག་རྣམ་གྲངས་གཞན་སྟོར་གྱི་དེའི་མཚན་
གཞི་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདོད་ན། རྣམ་གྲངས་གཞན་སྟོར་གྱི་དེ་སྤྲ་དེ་
ཚུལ་ཅན། ལྷག་བཅས་གྱི་སྤང་ཁོ་ན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དངོས་པོ་སྟོན་པའི་དེ་སྤྲ་

ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། རྣམ་གྲངས་གཞན་སྒྱུར་གྱི་དེ་སྒྲ་དེ་ཚོས་ཅན། དངོས་
པོ་སྟོན་པའི་དེ་སྒྲ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་བཅས་པ་ཡིན་དང་། དེ་བལྟས་པ་ཡིན་ཞེས་
པའི་དེ་སྒྲ་དེ་གང་བཅས་པའི་དངོས་པོ་དང་། གང་བལྟས་པའི་དངོས་པོ་དེ་དག་
གི་མིང་ཚབ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

【9】ཁ་ཅིག་ན་རེ། ལྷག་བཅས་གྱི་སྤང་ཡིན་ན་སྟེ་ཏེ་དེ་གསུམ་ཁོ་ན་ཡིན་པས་
ཁྱབ་བེར་ན། ལ་ཡིག་ལྷག་བཅས་དང་། རྣམ་ཡིག་ལྷག་བཅས་ལ་འཇུག་པ་ཚོས་
ཅན། སྟེ་ཏེ་དེ་གསུམ་གང་རུང་ཡིན་པར་ཐལ། ལྷག་བཅས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་
པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། ལ་ཡིག་དང་རྣམ་ཡིག་ཚོས་ཅན། ལྷག་བཅས་གྱི་སྤང་
ཡིན་པར་ཐལ། ཚིག་ལྷག་མར་འདྲེན་པའི་དོན་རྒྱ་སྒྲར་བའི་སྤང་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
མ་གྲུབ་ན། དེ་དག་ཚོས་ཅན། ལྷག་མ་འདྲེན་པའི་ཚིག་སྤང་ཡིན་པར་ཐལ།
མིག་སྟེན་ནས་བལྟས། ལག་པ་བསྟལ་ལ་བཅས་བ་ལྟ་བུ་རྣམས་གྱི་ནས་དང་། ལ་
ཡིག་དེ་དག་ཚིག་ལྷག་མ་འདྲེན་པའི་སྤང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདོད་ན།
དེ་ཚོས་ཅན། སྟེ་ཏེ་དེ་གསུམ་གང་རུང་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ལ་དང་། རྣམ་ཡིན་
པའི་ཕྱིར།

【10】ཁ་ཅིག་ན་རེ། གང་སྒྲ་ཡིན་ན་སྒྱི་སྒྲའི་སྤང་ཡིན་པས་ཁྱབ་བེར་ན། མཐོ་
གང་གིས་མཐོ་བ། གྲུ་གང་གིས་རིང་བ་ལྟ་བུ་གང་སྒྲ་དེ་ཚོས་ཅན། སྒྱི་སྒྲའི་སྤང་
ཡིན་པར་ཐལ། གང་སྒྲ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་
ཅན། གང་སྒྲ་ཡིན་པར་ཐལ། མཐོ་གང་དང་། གྲུ་གང་ཞེས་པ་འཇལ་བྱེད་ཚད་
གྱི་མིང་གི་རྗེས་སུ་འཇུག་པའི་གང་སྒྲ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདོད་ན། དེ་
ཚོས་ཅན། སྒྱི་སྒྲའི་སྤང་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འཇལ་ཚད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན།
དེ་ཚོས་ཅན། འཇལ་ཚད་ཡིན་པར་ཐལ། གང་། དོ། གསུམ་ཞེས་པ་འཇལ་བྱེད་
ཚད་གྱི་གྲངས་ཀྱི་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

【11】ཁ་ཅིག་ན་རེ། བདག་པོའི་དོན་སྟོན་བྱེད་གྱི་སྤང་ཡིན་ན་ལྷ་ལྷའི་སྒྲ་སྟེ་
སྒྲེས་པའི་རྣགས་ཡིན་པས་ཁྱབ་བེར་ན། ར་མ། ཆང་མ། གནས་མོ་རྣམས་ཚོས་ཅན།
ལྷ་ལྷའི་སྒྲ་ཡིན་པར་ཐལ། བདག་པོ་སྟོན་བྱེད་གྱི་སྤང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་པ་

ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚེས་ཅན། བདག་སྐྱོན་བྱེད་གྱི་སྤང་ཡིན་པར་ཐལ།
ང་དང་། ཆང་། གནས་ཀླུ་མས་གྱི་བདག་པོ་སྐྱོན་བྱེད་གྱི་སྤང་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

② ཅ་བར་འདྲོད་ན། དེ་ཚེས་ཅན། སུ་ལྷོ་རྒྱའི་སྐྱ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། པ་པོ་
གཉིས་པོ་གང་རུང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་སུ་ལྷོ་རྒྱའི་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

【12】 ཁ་ཅིག་ན་རེ། པ་པོ་ཡིན་ན་བདག་སྐྱོན་ཡིན་པས་བྱུང་ཅེ་ན། སྐྱོན་པ།
བཅུན་པ། འཇམ་པོ། བཟང་པོ་ཀླུ་མས་ཚེས་ཅན། བདག་སྐྱོན་ཡིན་པར་ཐལ། པ་
པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚེས་ཅན། བཅུན་པ་དང་།
འཇམ་པོ་ཀླུ་མས་པ་པོ་ལས་གྲུབ་པའི་མིང་རྒྱུད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ② ཅ་བར་འདྲོད་
ན། དེ་དག་ཚེས་ཅན། བདག་སྐྱོན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བདག་པོ་སྐྱོན་བྱེད་མ་ཡིན་
པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་དག་ཚེས་ཅན། བདག་པོ་སྐྱོན་བྱེད་གྱི་སྤང་མ་ཡིན་
པར་ཐལ། མིང་མཐའི་པ་པོ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་དག་ཚེས་ཅན།
མིང་མཐའི་པ་པོ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དག་མིང་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། སྐྱོན་པ་དང་།
འཇམ་པོ་ཀླུ་མས་གྱི་མིང་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

【13】 ཁ་ཅིག་ན་རེ། བདག་པོའི་དོན་སྐྱོན་པའི་སྐྱ་ཡིན་ན་སྐབས་འདིར་བཟུན་
གྱི་བདག་སྐྱོན་ཡིན་པས་བྱུང་ཟེར་ན། བ། པོ། ཅན། ལུན། མ་ཁན་ཀླུ་མས་ཚེས་ཅན།
སྐབས་འདིར་བཟུན་གྱི་བདག་སྐྱོན་ཡིན་པར་ཐལ། བདག་པོའི་དོན་སྐྱོན་པའི་སྐྱ་
ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། དེ་དག་ཚེས་ཅན། བདག་པོའི་
དོན་སྐྱོན་པའི་སྐྱ་ཡིན་པར་ཐལ། སྐྱ་དེ་དག་མིང་གང་གི་མཐར་སྐྱར་ན་དེ་དང་
དེ་ཡོད་པའམ་ལུན་པ་སྐྱོན་པའི་སྐྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་དག་ཚེས་ཅན།
ཡོད་པ་དང་ལུན་པ་སྐྱོན་པའི་སྐྱ་ཡིན་པར་ཐལ། ལྷ་ས་བ། ཡོན་ཏན་ཅན། འཕྱོར་
ལུན་ལ་སོགས་པའི་བ་དང་། ཅན། ལུན་ཀླུ་མས་དེ་དང་དེ་ཡོད་པར་སྐྱོན་པའི་སྐྱ་
ཡིན་པའི་ཕྱིར། ② ཅ་བར་འདྲོད་ན། དེ་དག་ཚེས་ཅན། སྐབས་འདིར་བཟུན་གྱི་
བདག་སྐྱོན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྐབས་འདིར་བཟུན་གྱི་བདག་སྐྱོན་པའི་མཚན་ཉིད་མ་
ཚང་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་དག་ཚེས་ཅན། སྐབས་འདིར་བཟུན་གྱི་བདག་
སྐྱོན་པའི་མཚན་ཉིད་མ་ཚང་བར་ཐལ། སུ་ལྷོ་རྒྱའི་སྐྱ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན།

དེ་དག་ཚུལ་ཅན། སྤྱི་ལྟའི་སྒྲིམ་ཡིན་པར་ཐལ། པ་པོ་གཉིས་པོ་གང་རུང་གི་
སྒྲིམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

【14】ཁ་ཅིག་ན་རེ། དགག་སྒྲའི་སྤང་ཡིན་ན་དགག་སྒྲ་ཡིན་པས་བྱབ་ཟེར་ན།
མ་དང་མི་ཚུལ་ཅན། དགག་སྒྲ་ཡིན་པར་ཐལ། དགག་སྒྲའི་སྤང་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
བྱབ་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། དེ་དག་ཚུལ་ཅན། དགག་སྒྲའི་སྤང་ཡིན་པར་
ཐལ། མ་མི་ཡིན་པ་གང་ཞིག་དེ་སྤྱི་ལྟའི་སྒྲིམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདོད་
ན། དེ་དག་ཚུལ་ཅན། དགག་སྒྲ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། མིང་རྒྱུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་
གྲུབ་ན། དེ་དག་ཚུལ་ཅན། མིང་རྒྱུང་ཡིན་པར་ཐལ། མ་ཞེས་རང་ཉིད་བསྐྱེད་
པའི་ཨ་མ་དང་། མི་ཞེས་པ་འགྲོ་བ་མི་མཚོན་པའི་མིང་རྒྱུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ས་བཅད་གསུམ་པ། རྟགས་འཁྱག་སྟོར་གྱི་རིགས་ལམ་དཔེར་བརྗོད།

【1】ཁ་ཅིག་ན་རེ། དབྱངས་གསལ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བའི་གསལ་བྱེད་གྱི་ཕོ་ཡིག་
ཡིན་ན་ཕོ་ཡིག་ཁོ་ན་ཡིན་པས་བྱབ་ཟེར་ན། ག་ཇ་ད་བ་ཇ་སོགས་ཚུལ་ཅན།
ཕོ་ཡིག་ཁོ་ན་ཡིན་པར་ཐལ། དབྱངས་གསལ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བའི་གསལ་བྱེད་གྱི་
ཕོ་ཡིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། དེ་དག་ཚུལ་ཅན། དེར་
ཐལ། དབྱངས་གསལ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བའི་གསལ་བྱེད་ག་ཇ་ད་བ་ཇ་རྣམས་ཡིན་
པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདོད་ན། དེ་དག་ཚུལ་ཅན། ཕོ་ཡིག་ཁོ་ན་མ་ཡིན་པར་
ཐལ། དེ་དག་ཕོ་ཡིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་དག་ཚུལ་ཅན། ཕོ་ཡིག་
ཡིན་པར་ཐལ། ཚ་བ་ལས། ག་ཇ་ད་བ་ཇ་རྣམས་མོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

【2】ཁ་ཅིག་ན་རེ། རྩེ་ཚན་ལྷ་ཡི་ནང་ཚན་གྱི་ཕོ་ཡིག་ཡིན་ན་དབྱངས་གསལ་
གཉིས་སུ་དབྱེ་བའི་ཕོ་ཡིག་དང་གཅིག་ཡིན་པས་བྱབ་ཟེར་ན། ག་ཇ་ད་བ་ཇ་
སོགས་ཚུལ་ཅན། དབྱངས་གསལ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བའི་ཕོ་ཡིག་ཡིན་པར་ཐལ། རྩེ་
ཚན་ལྷ་ཡི་ནང་ཚན་གྱི་ཕོ་ཡིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན།
དེ་དག་ཚུལ་ཅན། དེར་ཐལ། དེ་དག་རྟགས་འཁྱག་ཚ་བ་ལས་བསྐྱེད་པའི་རྩེ་
ཚན་ལྷའི་ནང་ཚན་གྱི་ཕོ་ཡིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདོད་ན། དེ་དག་
ཚུལ་ཅན། དབྱངས་གསལ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བའི་ཕོ་ཡིག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་

དག་གསལ་བྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དབྱངས་གསལ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བའི་མོ་ཡིག་
ཡིན་ན་དབྱངས་ཡིག་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར།

【3】ཁ་ཅིག་ན་རེ། མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་ཡིན་ན་ཕོ་
མོ་གཉིས་ཕོ་གང་རུང་གི་ཡི་གེ་ཡིན་པས་བྱབ་ཟེར་ན། ཁ་ཆ་ཐ་པ་ཆ་རྣམས་ཆོས་
ཅན། ཕོ་མོ་གཉིས་ཕོ་གང་རུང་གི་ཡི་གེ་ཡིན་པར་ཐལ། མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་རྟགས་
ཀྱི་དབྱེ་བ་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། དེ་དག་
ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། ཚ་བ་ལས། ཁ་ཆ་ཐ་པ་ཆ་མ་ནིང་། ཞེས་གསུངས་པའི་
ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདོད་ན། ཡི་གེ་དེ་དག་ཆོས་ཅན། ཕོ་མོ་གཉིས་ཕོ་གང་རུང་
གི་ཡི་གེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དག་ཕོ་ཡིག་མ་ཡིན་པ་གང་ཞིག །མོ་ཡིག་ཡང་
མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་དང་ཕོ་གྲུབ་སྟེ། ཀ་ཅ་ཏ་པ་ཅ་རྣམས་རེ་རེ་བཞིན་མ་
ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་གཉིས་པའང་གྲུབ་སྟེ། ཀ་ཇ་ད་བ་ཇ་སོགས་རེ་རེ་བཞིན་
མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

【4】ཁ་ཅིག་ན་རེ། རྩེ་ཆ་ན་ལཱའི་ནང་གི་མོ་ཡིག་ཡིན་ན་ཕོ་ཡིག་ཉིད་རྩེ་ངེས་
པས་བྱབ་ཟེར་ན། ཀ་བ་ད་ས་རྣམས་ཆོས་ཅན། མོ་ཡིག་ཉིད་རྩེ་ངེས་པས་བྱབ་
པར་ཐལ། རྩེ་ཆ་ན་ལཱའི་ནང་གི་མོ་ཡིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་ཁས། ① མ་
གྲུབ་ན། དེ་དག་ཆོས་ཅན། རྩེ་ཆ་ན་ལཱའི་ནང་གི་མོ་ཡིག་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་
དག་ཕོ་ཡིག་གི་རྩེ་ཆ་ན་ལཱའི་ནང་པ་ཚ་བའི་དངོས་བསྟན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་
འདོད་ན། ཀ་བ་ད་ས་རྣམས་ཆོས་ཅན། མོ་ཡིག་ཉིད་རྩེ་ངེས་པས་མ་བྱབ་པར་
ཐལ། དེ་དག་ཕོ་ཡིག་ཀྱང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་དག་ཆོས་ཅན། ཕོ་
ཡིག་ཡིན་པར་ཐལ། རྩེས་འཇུག་བཅུའི་ནང་ནས་ཕོ་ཡིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་
གྲུབ་ན། དེ་དག་ཆོས་ཅན། རྩེས་འཇུག་གི་ཕོ་ཡིག་ཡིན་པར་ཐལ། འགྲེལ་ཆེན་
ལས། རྩེས་འཇུག་ག་ད་བ་ས་བཞི་པོ། ད་མ་འགསུམ་མོ། ན་ར་ལ་གསུམ་མ་
ནིང་ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

【5】ཁ་ཅིག་ན་རེ། རྩེས་འཇུག་སྐབས་ཀྱི་ཕོ་ཡིག་ཡིན་ན་ཕོ་ཡིག་ཉིད་རྩེ་ངེས་
པས་བྱབ་ཟེར་ན། ཀ་ད་གཉིས་ཆོས་ཅན། ཕོ་ཡིག་ཉིད་རྩེ་ངེས་པར་ཐལ། རྩེས་

འཇུག་སྐབས་ཀྱི་ཕོ་ཡིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། དེ་གཉིས་
ཆོས་ཅན། རྗེས་འཇུག་སྐབས་ཀྱི་ཕོ་ཡིག་ཡིན་པར་ཐལ། ག་ད་བ་ས་བཞི་ཕོ་ཞེས་
འགྲེལ་ཆེན་ལས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདོད་ན། དེ་གཉིས་ཆོས་ཅན།
ཕོ་ཡིག་ཉིད་རྩ་མ་ངེས་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་མ་ནིང་གི་ཡི་གེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་
གྲུབ་ན། དེ་གཉིས་ཆོས་ཅན། མ་ནིང་གི་ཡི་གེ་ཡིན་པར་ཐལ། སྒྲིན་འཇུག་
སྐབས་ཀྱི་མ་ནིང་གི་ཡི་གེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

【6】 ཁ་ཅིག་ན་རེ། སྒྲིན་འཇུག་ཕོ་ཡིག་ཡིན་ན་མིང་གཞི་ཕོ་དང་མོ་ལ་འཇུག་
པ་ཉིད་རྩ་མ་ངེས་པས་བྱལ་བེར་ན། སྒྲིན་འཇུག་བ་ཡིག་ཆོས་ཅན། མིང་གཞི་པ་
དང་མ་ལ་འཇུག་པར་ཐལ། བྱོད་སྒྲིན་འཇུག་ཕོ་ཡིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་
ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། སྒྲིན་འཇུག་ཕོ་ཡིག་ཡིན་པར་ཐལ། འགྲེལ་
ཆེན་ལས། སྒྲིན་འཇུག་ཕོ་བ་མ་ནིང་ག་ད་གཉིས་ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

② ཚ་བར་འདོད་ན། སྒྲིན་འཇུག་བ་ཡིག་ཆོས་ཅན། མིང་གཞི་པ་དང་མ་ལ་
མི་འཇུག་པར་ཐལ། ཚ་བ་ལས། རང་གི་སྡེ་དང་ཕྱད་པ་ན། །ཕོ་ཡང་མོ་ལ་འཇུག་
མི་འགྱུར། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རང་སྡེའི་ཕོ་བ་ཡིག་དང་། མོ་ཡིག་བ་མ་
སོགས་ལ་མི་འཇུག་པའི་ཕྱིར། །

【7】 ཁ་ཅིག་ན་རེ། སྒྲིན་འཇུག་ཕོ་ཡིག་ཡིན་ན་མིང་གཞི་ཕོ་དང་མ་ནིང་ལ་
འཇུག་པ་ཉིད་རྩ་མ་ངེས་པས་བྱལ་བེར་ན། སྒྲིན་འཇུག་འ་ཡིག་ཆོས་ཅན། འ་བ་
ཡ་ཤ་ས་བཅས་ལ་འཇུག་པར་ཐལ། བྱོད་སྒྲིན་འཇུག་ཕོ་ཡིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
བྱལ་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། སྒྲིན་འཇུག་ཕོ་ཡིག་ཡིན་པར་ཐལ།
བྱོད་སྒྲིན་འཇུག་ཕོ་ཡིག་ཡིན་པ་འགྲེལ་ཆེན་ལས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་
འདོད་ན། སྒྲིན་འཇུག་འ་ཡིག་ཆོས་ཅན། འ་བ་ཡ་རྣམས་ལ་མི་འཇུག་པར་ཐལ།
ཚ་བ་ལས། རང་གི་སྡེ་དང་ཕྱད་པ་ན། །ཕོ་ཡང་མོ་ལ་འཇུག་མི་འགྱུར། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར། རང་སྡེའི་འ་བ་ཡ་རྣམས་ལ་མི་འཇུག་པའི་ཕྱིར། །

【8】 ཁ་ཅིག་ན་རེ། སྒྲིན་འཇུག་མ་ནིང་ཡིན་ན་མིང་གཞི་ཕོ་དང་མོ་ལ་འཇུག་
པ་ཉིད་རྩ་མ་ངེས་པས་བྱལ་བེར་ན། སྒྲིན་འཇུག་ག་ཡིག་ཆོས་ཅན། ག་དང་ང་ལ་

འཇུག་པར་ཐལ། བྱོད་སྡོམ་འཇུག་མ་ནིང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། སྡོམ་འཇུག་ག་ཡིག་ཆོས་ཅན། སྡོམ་འཇུག་མ་ནིང་ཡིན་པར་ཐལ། བྱོད་སྡོམ་འཇུག་གི་མ་ནིང་ཡི་གེ་ཡིན་པར་འགྲེལ་ཆེན་ལས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

② ཚ་བར་འདོད་ན། སྡོམ་འཇུག་ག་ཡིག་ཆོས་ཅན། ཀ་དང་ང་ལ་མི་འཇུག་པར་ཐལ། ཚ་བ་ལས། རང་གི་སྡེ་དང་ཕྱད་པ་ན། ཤོ་ཡང་མོ་ལ་འཇུག་མི་འགྱུར། མ་ནིང་མོ་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། ། ཁྱིམ་གསུངས་པ་ལྟར། སྡོམ་འཇུག་གི་མ་ནིང་ག་ཡིག་རང་སྡེའི་ཤོ་ཀ་དང་མོ་ཡིག་ག་ང་སོགས་ལ་མི་འཇུག་པའི་ཕྱིར། །

【9】 ཁ་ཅིག་ན་རེ། སྡོམ་འཇུག་གི་ཤིན་རྒྱུ་མོ་མ་ཡིག་ཡིན་ན་མིང་གཞི་མ་ནིང་དང་མོ་དང་ཤིན་རྒྱུ་མོ་བཅས་ལ་འཇུག་པ་ཉིད་རྒྱུ་ངེས་པས་བྱབ་ཟེར་ན། སྡོམ་འཇུག་མ་ཡིག་ཆོས་ཅན། ས་དང་བ་མ་རྣམས་ལ་འཇུག་པར་ཐལ། སྡོམ་འཇུག་ཤིན་རྒྱུ་མོ་ཡིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། སྡོམ་འཇུག་ཤིན་རྒྱུ་མོ་ཡིན་པར་ཐལ། མ་ཡིག་སྡོམ་འཇུག་གི་ཤིན་རྒྱུ་མོ་ཡིག་ཡིན་པ་འགྲེལ་ཆེན་ལས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདོད་ན། སྡོམ་འཇུག་མ་ཡིག་ཆོས་ཅན། པ་སྡེའི་ཡི་གེ་རྣམས་ལ་མི་འཇུག་པར་ཐལ། སྡོམ་འཇུག་རྣམས་རང་སྡེ་གཅིག་པའི་མིང་གཞི་ལ་མི་འཇུག་པ་ཚ་བ་ལས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། །

【10】 ཁ་ཅིག་ན་རེ། སྡོམ་འཇུག་ཡིན་ན་མིང་གཞི་རྒྱུང་འདོགས་བརྟེན་གསུམ་ཀ་ལ་འཇུག་པས་བྱབ་ཟེར་ན། སྡོམ་འཇུག་ག་ཡིག་ཆོས་ཅན། བྱོད་རྒྱུང་འདོགས་བརྟེན་གསུམ་ཀ་ལ་འཇུག་པར་ཐལ། སྡོམ་འཇུག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། ག་ཡིག་ཆོས་ཅན། སྡོམ་འཇུག་གི་ཡི་གེ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱོད་མིང་གཞིའི་སྡོམ་རྒྱུ་འཇུག་རྒྱུང་བའི་ཡི་གེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

② ཚ་བར་འདོད་ན། སྡོམ་འཇུག་ག་ཡིག་ཆོས་ཅན། བྱོད་རྒྱུང་འདོགས་བརྟེན་གསུམ་ཀ་ལ་མི་འཇུག་པར་ཐལ། རྒྱུང་འཕུལ་ཁོ་ན་ལས་མི་འཇུག་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། ག་ཡིག་སྡོམ་འཇུག་ཅན་གྱི་བརྟེན་འདོགས་གཉིས་ཀྱི་མིང་གཞི་མེད་པའི་ཕྱིར། །

【11】 ཁ་ཅིག་ན་རེ། མིང་གཞི་ཡིན་ན་སྡོམ་འཇུག་ལྷ་པོ་གང་རྒྱུང་གིས་འཕུལ་

བྱ་ཡིན་པས་བྱ་བ་ཟེར་ན། མ་འདྲ་ཨ་བཞི་པོ་ཚོས་ཅན། སྒྲིན་འཇུག་ལྔ་པོ་གང་
 རུང་གིས་འཕུལ་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། མིང་གཞི་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱ་བ་པ་ཁས།
 ① མ་གྲུབ་ན། དེ་དག་ཚོས་ཅན། མིང་གཞི་ཡིན་པར་ཐལ། རྗེས་འཇུག་
 འཇུག་ལུལ་གྱི་མིང་གཞི་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདྲོད་ན། མ་འདྲ་ཨ་བཞི་
 པོ་ཚོས་ཅན། སྒྲིན་འཇུག་ལྔ་པོ་གང་རུང་གིས་འཕུལ་བྱ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་
 དག་ལ་འཇུག་རུང་བའི་སྒྲིན་འཇུག་གི་ཡི་གེ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་དག་ལ་
 འཕུལ་གཏན་ནས་མི་འཇུག་པའི་ཕྱིར། །

【12】 ཁ་ཅིག་ན་རེ། རུས་གསུམ་སྟེ་བཏང་བའི་ལས་ཚིག་ཡིན་ན་ཁྱོད་གྱི་བྱེད་
 ཚིག་གི་སྒྲིན་འཇུག་མོ་ཡིག་ཡིན་པས་བྱ་བ་ཟེར་ན། ཤིང་གཅད་ཅིས་པའི་ལས་
 ཚིག་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་གྱི་བྱེད་ཚིག་གི་སྒྲིན་འཇུག་མོ་ཡིག་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་
 རུས་གསུམ་སྟེ་བཏང་བའི་ལས་ཚིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱ་བ་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན།
 དེ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་རུས་གསུམ་སྟེ་བཏང་བའི་ལས་ཚིག་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་
 རུས་གསུམ་པོའི་སྤྲ་གདངས་ཐ་དད་ཅིང་། མགོ་ཅན་མེད་དེས་ཡིན་པ་གང་ཞིག།
 འདས་ཚིག་ལ་སྒྲིན་འཇུག་པོ་ཡིག་ཐོབ་པའི་ཕྱིར། དེ་རུས་གསུམ་སྟེ་བཏང་བའི་
 མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདྲོད་ན། ཤིང་གཅད་ཅིས་པའི་ལས་
 ཚིག་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་གྱི་བྱེད་ཚིག་གི་སྒྲིན་འཇུག་མོ་ཡིག་མ་ཡིན་པར་ཐལ།
 ཁྱོད་གྱི་བྱེད་ཚིག་གི་སྒྲིན་འཇུག་མ་ནིང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚོས་ཅན།
 ཁྱོད་གྱི་བྱེད་ཚིག་གི་སྒྲིན་འཇུག་མ་ནིང་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་གྱི་བྱེད་ཚིག་གཅོད་
 ཡིན་པ་གང་ཞིག། འཛོད་བདེ་བྱེད་ཚིག་མ་ནིང་འབྱུང་ཡང་སྲིད། ཅིས་སོ།

【13】 ཁ་ཅིག་ན་རེ། རུས་གསུམ་སྟེ་བཏང་བའི་འདས་ཚིག་ཡིན་ན་ཁྱོད་གྱི་སྒྲིན་
 འཇུག་བ་ཡིག་ཡིན་པས་བྱ་བ་ཟེར་ན། མཚོད་པ་འབུལ་ཞེས་པའི་ལས་ཚིག་ཚོས་
 ཅན། ཁྱོད་གྱི་འདས་ཚིག་གི་སྒྲིན་འཇུག་བ་ཡིག་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་རུས་
 གསུམ་སྟེ་བཏང་བའི་འདས་ཚིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱ་བ་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན།
 དེ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་རུས་གསུམ་སྟེ་བཏང་བའི་ལས་ཚིག་ཡིན་པར་ཐལ། བྱ་
 ཚིག་གི་སྒྲིན་འཇུག་མ་ནིང་དང་། བྱེད་ཚིག་གི་སྒྲིན་འཇུག་མོ་ཡིག་ཡིན་པར་

གང་ཞིག །རྟུལ་གསུམ་པོ་སྒྲ་གདངས་ཐ་དད་ཞིང་མགོ་ཅན་མེད་ངེས་པའི་ལས་
ཆོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་རྟུལ་གསུམ་གྱི་བཏང་བའི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

② ཚ་བར་འདྲོད་ན། མཆོད་པ་འབྲུལ་ཞེས་པའི་ལས་ཆོག་ཆོས་ཅན། བྱོད་ཀྱི་
འདས་ཆོག་གི་སྡོན་འཇུག་བ་ཡིག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱོད་པ་ལྗེའི་མིང་གཞི་
ཅན་གྱི་ལས་ཆོག་ཡིན་པ་གང་ཞིག །བྱོད་ཀྱི་འདས་ཆོག་ལ་སྡོན་འཇུག་མི་ཐོབ་
པའི་ཕྱིར། རྟགས་དང་པོ་ལྟ་བུ་ལྟེ། བྱོད་ཀྱི་བྱ་ཆོག་དང་། བྱོད་ཆོག་གཉིས་
ཀའི་མིང་གཞི་བ་ཡིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་གཉིས་པའང་ལྟ་བུ་ལྟེ། བྱོད་ཀྱི་
འདས་ཆོག་མཆོད་པ་ལྟལ་ཞེས་བརྗོད་དགོས་པའི་ཕྱིར། །

【14】 ཁ་ཅིག་ན་རེ། བྱ་བྱོད་ཐ་དད་པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་ན་བྱོད་རྟུལ་གསུམ་གྱི་
བཏང་བ་ཡིན་པས་བྱུང་བེར་ན། འཁོར་ལོ་བསྐྱོར། ལག་པ་བརྒྱངས། རྟོག་
བརྒྱབས། ལྟ་བརྒྱབས་སོགས་པའི་ལས་ཆོག་དེ་དག་ཆོས་ཅན། བྱོད་རྟུལ་གསུམ་
གྱི་བཏང་བ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱ་བྱོད་ཐ་དད་པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
བྱུང་པ་ཁས། ① མ་ལྟ་བུ་ན། དེ་དག་ཆོས་ཅན། བྱ་བྱོད་ཐ་དད་པའི་ལས་
ཆོག་ཡིན་པར་ཐལ། བྱ་ཆོག་ལ་བསྐྱོར་དང་། བརྒྱང་། བརྒྱབ། བརྒྱབ་རྣམས་
ཡིན་ཞིང་། དེའི་བྱོད་ཆོག་ཏུ་སྐྱོར་དང་། རྒྱུང་། རྒྱབས། རྒྱབ་རྣམས་ཡིན་
པས་དེ་བྱ་བྱོད་ཐ་དད་པའི་ངོ་བོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདྲོད་ན། འཁོར་
ལོ་བསྐྱོར། ལག་པ་བརྒྱངས། རྟོག་བརྒྱབས། ལྟ་བརྒྱབས་སོགས་པའི་ལས་
ཆོག་དེ་དག་ཆོས་ཅན། བྱོད་རྟུལ་གསུམ་གྱི་བཏང་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱོད་
རྟུལ་གསུམ་བྱེ་བྲག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་ལྟ་བུ་ན། དེ་དག་ཆོས་ཅན། རྟུལ་
གསུམ་བྱེ་བྲག་པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་པར་ཐལ། བྱ་བ་དང་ནི་འདས་ཆོག་གི་སྡོན་
འཇུག་བ་ཡིག་ཡིན་པ་གང་ཞིག །བྱོད་ཀྱི་བྱོད་ཆོག་གི་ལ་སྡོན་འཇུག་མེད་པ་
དང་། མགོ་ཅན་སྡེ་ཆོན་ཅན་གྱི་ལས་ཆོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་རྟུལ་གསུམ་བྱེ་
བྲག་པའི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །

【15】 ཁ་ཅིག་ན་རེ། རྟུལ་གསུམ་བྱེ་བྲག་པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་ན་བྱོད་ཀྱི་བྱོད་
ཆོག་ལ་སྡོན་འཇུག་མི་ཐོབ་པས་བྱུང་བེར་ན། འོ་མ་བཞོ་ཞེས་པའི་ལས་ཆོག་དེ་

ཆོས་ཅན། བྱོད་ཀྱི་བྱེད་ཆོག་ལ་སྒྲོན་འཇུག་མེད་པར་ཐལ། བྱོད་རུས་གསུམ་
བྱེ་བྲག་པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། དེ་ཆོས་
ཅན། དེར་ཐལ། བྱོད་ཀྱི་བྱེད་ཆོག་དང་འདས་ཆོག་གཉིས་ཀ་སྒྲོན་འཇུག་སོ་
ཡིག་ཅན་ཡིན་པ་གང་ཞིག བྱོད་ཀྱི་བྱེད་ཆོག་གི་སྒྲུ་གཟུགས་ཐ་དད་ཡོད་པའི་
ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདོད་ན། འོ་མ་བཞོ་ཞེས་པའི་ལས་ཆོག་དེ་ཆོས་ཅན།
བྱོད་ཀྱི་བྱེད་ཆོག་ལ་སྒྲོན་འཇུག་མེད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱོད་ཀྱི་བྱེད་ཆོག་ལ་
འཛོ་ཞེས་སྒྲོན་འཇུག་ཅན་འབྲི་དགོས་པའི་ཕྱིར། །

【16】 ཁ་ཅིག་ན་རེ། རུས་གསུམ་ཐོར་བྱ་པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་ན་བྱོད་བྱེད་ཐ་
མི་དད་པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་པས་བྱབ་བེར་ན། སྤང་། སྦྱང་། སྤངས་དང་།
སྦྱང་། སྦྱང་། སྦྱངས། སྦྱངས་ལྟ་བུ་རྣམས་ཆོས་ཅན། བྱེད་ཐ་མི་དད་
པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་པར་ཐལ། རུས་གསུམ་ཐོར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་
ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། དེ་དག་ཆོས་ཅན། རུས་གསུམ་ཐོར་བྱ་བ་ཡིན་པར་
ཐལ། རུས་གསུམ་ཀའི་ལས་ཆོག་ལ་སྒྲོན་འཇུག་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་རུས་
གསུམ་ཐོར་བྱའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདོད་ན། དེ་དག་
ཆོས་ཅན། བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་ལས་ཆོག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱེད་ཐ་དད་
པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་དག་ཆོས་ཅན། བྱེད་ཐ་དད་
པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་པར་ཐལ། སྤང་བྱ་དང་སྦྱང་བྱེད། སྦྱང་བྱ་དང་སྦྱང་བྱེད་སོ་
སོར་ཐ་དད་པའི་ཆོས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། །

【17】 ཁ་ཅིག་ན་རེ། རུས་གསུམ་ཐོར་བྱ་པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་ན་བྱོད་རུས་གསུམ་
གཟུགས་མི་འགྱུར་བའི་ལས་ཆོག་ཡིན་པས་བྱབ་བེར་ན། གཞིབས། གཞིབ།
འཛིབ་དང་། བྲིས། བྲི། འབྲི་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཆོས་ཅན། རུས་གསུམ་
གཟུགས་མི་འགྱུར་བ་ཡིན་པར་ཐལ། རུས་གསུམ་ཐོར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
བྱབ་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། དེ་དག་ཆོས་ཅན། རུས་གསུམ་ཐོར་བྱ་བ་ཡིན་
པར་ཐལ། བྱོད་རུས་གསུམ་སྦྱི་དང་བྱེ་བྲག་གཉིས་ཀའི་མཚན་ཉིད་དང་མི་
མཐུན་པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདོད་ན། དེ་དག་ཆོས་ཅན།

རུས་གསུམ་གཟུགས་མི་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རུས་གསུམ་གཟུགས་འགྱུར་བ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་དག་ཆོས་ཅན། རུས་གསུམ་གཟུགས་འགྱུར་བ་ཅན་ཡིན་པར་ཐལ། བྱོང་རུས་གསུམ་གྱི་སྟོན་འཇུག་འགྱུར་བ་གང་ཞིག །འགའ་ཞིག་ལ་རུས་གསུམ་གྱི་མིང་གཞི་ཡང་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། །

【18】ཁ་ཅིག་ན་རེ། རུས་གསུམ་གཟུགས་མི་འགྱུར་བའི་ལས་ཆོག་ཡིན་ན་བྱོང་གི་སྐྱ་གཟུགས་མི་འགྱུར་བས་བྱབ་ཟེར་ན། སྟོ་ཡིས་དབྱང་ལྟ་བུའི་ལས་ཆོག་དེ་ཆོས་ཅན། བྱོང་སྐྱ་གཟུགས་མི་འགྱུར་བའི་ལས་ཆོག་ཡིན་པར་ཐལ། རུས་གསུམ་གཟུགས་མི་འགྱུར་བའི་ལས་ཆོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། དེ་དག་ཆོས་ཅན། རུས་གསུམ་གཟུགས་མི་འགྱུར་བ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱོང་རུས་གསུམ་གྱི་སྟོན་འཇུག་ལ་འགྱུར་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། འདིར་རུས་གསུམ་གཟུགས་འགྱུར་མིན་ནི་སྟོན་འཇུག་འགྱུར་མིན་ལ་ངོས་འཛིན་དགོས་པའི་ཕྱིར།

② ཚ་བར་འདོད་ན། དེ་དག་ཆོས་ཅན། བྱོང་སྐྱ་གཟུགས་མི་འགྱུར་བའི་ལས་ཆོག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རུས་གསུམ་གྱི་སྐྱ་གཟུགས་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་དག་ཆོས་ཅན། བྱོང་རུས་གསུམ་གྱི་སྐྱ་གཟུགས་འགྱུར་བར་ཐལ། སྟོ་ཡིས་དབྱང་ལྟ་བུ་འདས་དང་མ་འོངས་གཉིས་ལ་དབྱང་དང་། ད་ལྟ་བ་ལ་དབྱང་ཅེས་སྐྱ་གཟུགས་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། །

【19】ཁ་ཅིག་ན་རེ། བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་ན་བྱོང་ལ་བྱེད་སྐྱ་མི་ཐོབ་པས་བྱབ་ཟེར་ན། མཐོང་། ཐོས། རྟོགས། ཆོགས། ཤེལ་སོགས་པའི་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་ལས་ཆོག་རྣམས་ཆོས་ཅན། བྱོང་ལ་བྱེད་སྐྱ་མི་ཐོབ་པར་ཐལ། བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། དེ་དག་ཆོས་ཅན། བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་པར་ཐལ། བྱེད་ལས་ངོ་སོ་གཅིག་པའི་ལས་ཆོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། བྱ་བྱེད་གྱི་ལས་ཆོག་སོ་སོར་ཐ་དད་ཅན་མེད་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདོད་ན། མཐོང་། ཐོས། རྟོགས། ཆོགས། ཤེལ་སོགས་པའི་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་ལས་ཆོག་རྣམས་ཆོས་ཅན། བྱོང་ལ་བྱེད་སྐྱ་མི་ཐོབ་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དག་ལ་བྱེད་སྐྱ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར།

མ་གྲུབ་ན། དེ་དག་ཚེས་ཅན། བྱེད་ལ་བྱེད་སྒྲུ་ཐོབ་པར་ཐལ། རྒྱལ་གིས་ཤི
མེས་ཚིགས། སེམས་ཀྱིས་རྟོགས། མིག་གིས་མཐོང་། རྣ་བས་ཐོས་ལ་སོགས་
པའི་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དང་པའི་ལས་ཚིག་རྣམས་ཀྱི་སྡོན་ན་བྱེད་སྒྲུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། །

【20】 ཁ་ཅིག་ན་རེ། ལས་ཚིག་གི་འབྲེལ་བ་ཡིན་ན་རྒྱས་གསུམ་དང་། དངོས་
པོ་བདག་གཞན་གྱི་འབྲེལ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། བཅད་ནས་ཆད།
བསད་ནས་ཤི བསྐྱར་ནས་འཁོར་ལ་སོགས་པའི་ལས་ཚིག་ཁག་གཅིག་བར་གྱི་
འབྲེལ་བ་དེ་ཚེས་ཅན། རྒྱས་གསུམ་དང་བདག་གཞན་གང་རྩང་གི་འབྲེལ་བ་ཁོ་
ན་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་ལས་ཚིག་གི་འབྲེལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་པ་
ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། བཅད་ནས་ཆད་ལ་སོགས་པའི་ལས་ཚིག་གི་འབྲེལ་བ་དེ་
དག་ཚེས་ཅན། རྒྱས་གསུམ་དང་བདག་གཞན་གང་རྩང་གི་འབྲེལ་བ་ཡིན་པར་
ཐལ། དེ་གཉིས་ལས་ཚིག་སྡོན་རྗེས་ཅན་གྱི་འབྲེལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན།
བཅད་ནས་ཆད་ལ་སོགས་པའི་ལས་ཚིག་གི་འབྲེལ་བ་དེ་དག་ཚེས་ཅན། ལས་
ཚིག་སྡོན་རྗེས་ཅན་གྱི་འབྲེལ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། བཅད་དང་ཆད་གཉིས་ཀྱི་ལས་
ཚིག་ཡིན་པ་གང་ཞིག །དེ་གཉིས་བྱང་བ་ལ་སྡོན་རྗེས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར།
② རྣ་བར་འདོད་ན། བཅད་ནས་ཆད་ལ་སོགས་པའི་ལས་ཚིག་གི་འབྲེལ་བ་དེ་
དག་ཚེས་ཅན། རྒྱས་གསུམ་དང་བདག་གཞན་གང་རྩང་གི་འབྲེལ་བ་ཡིན་པར་
ཐལ། དེ་གཉིས་རྒྱས་གསུམ་གྱི་འབྲེལ་བ་མ་ཡིན་པ་གང་ཞིག བདག་གཞན་གྱི་
འབྲེལ་བ་ཡང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་དང་པོ་མ་གྲུབ་ན། དེ་དག་གི་འབྲེལ་
བ་ཚེས་ཅན། རྒྱས་གསུམ་གྱི་འབྲེལ་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བཅད་པའི་ད་ལྟ་བུ་ལ་
གཙོད་དང་། མ་འོངས་པའི་ལས་ཚིག་གཙོད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་གཉིས་པ་
མ་གྲུབ་ན། དེ་གཉིས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཚེས་ཅན། བདག་གཞན་གྱི་འབྲེལ་བ་ཡང་མ་
ཡིན་པར་ཐལ། བཅད་པའི་དངོས་པོ་བདག་གཞན་ལ་འཇུག་པའི་ལས་ཚིག་ཡིན་
ན་བྱ་ཚིག་ལ་གཙོད་དང་། བྱེད་ཚིག་ལ་གཙོད་འཇུག་པའི་ཕྱིར།

【21】 ཁ་ཅིག་ན་རེ། མིང་རྒྱུད་ཡིན་ན་ཚིག་ཤད་གཏན་ནས་མི་འཇུག་པས་
ཁྱབ་ཟེར་ན། ཀུན་རྩ་བ་ཟེར་པོ་དང་། ཚེས་ཀྱི་གྲགས་པ། བསྟན་པའི་རྒྱལ་

མཚན་ལ་སོགས་པའི་མིང་དེ་དག་ཚུལ་ཅན། ཚིག་ཕྱད་གཏན་ནས་མི་འབྲུག་པའི་མིང་རྒྱང་ཡིན་པར་ཐལ། མིང་རྒྱང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། དེ་དག་ཚུལ་ཅན། མིང་རྒྱང་ཡིན་པར་ཐལ། གང་ཟག་དེ་དང་དེ་མཚན་པའི་མིང་རྒྱང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བ་འདོད་ན། ཀྱན་ཏུ་བཟང་པོ་དང་། ཚུལ་གྱི་གཤམ་པ། བསྐྱར་པའི་རྒྱལ་མཚན་ལ་སོགས་པའི་མིང་དེ་དག་ཚུལ་ཅན། ཚིག་ཕྱད་གཏན་ནས་མི་འབྲུག་པའི་མིང་རྒྱང་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཚིག་ཕྱད་ཡོད་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། ཚིག་ཕྱད་ཡོད་པར་ཐལ། ཏུ་དང་། གྱི་འི་རྣམས་ཚིག་ཕྱད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

【2】 ཁ་ཅིག་ན་རེ། རོན་གྱི་རོ་བོ་སྟོན་པའི་མིང་རྒྱང་ཡིན་ན་ཁྱོད་གྱི་རོ་བོ་གཞན་ཏུ་འགྱུར་བ་མེད་པས་བྱབ་ཟེར་ན། ལོངས་སྟོན། ལམ་ལས། སྟོ་སྟང་ཅེས་པའི་མིང་རྒྱང་རྣམས་ཚུལ་ཅན། ཁྱོད་གྱི་རོ་བོ་གཞན་ཏུ་འགྱུར་བ་མེད་པར་ཐལ། ཁྱོད་མིང་རྒྱང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་ཁས། ① མ་གྲུབ་ན། དེ་ཚུལ་ཅན། དེར་ཐལ། རོན་གྱི་རོ་བོ་སྟོན་པའི་མིང་རྒྱང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་དག་ཚུལ་ཅན། རོན་གྱི་རོ་བོ་སྟོན་པའི་མིང་རྒྱང་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་རེ་རེ་བཞིན་ནོར་མུས་དང་། ལམ་ལས་མཁན་གྱི་གང་ཟག་དང་། སྟོ་སྟང་མཁན་གྱི་གང་ཟག་རྣམས་མཚན་པའི་མིང་རྒྱང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ② ཚ་བར་འདོད་ན། ལོངས་སྟོན། ལམ་ལས། སྟོ་སྟང་རྣམས་ཚུལ་ཅན། ཁྱོད་རོ་བོ་གཞན་ཏུ་འགྱུར་བ་མེད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རོ་བོ་འགྱུར་བ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་དག་ཚུལ་ཅན། རོ་བོ་འགྱུར་བ་ཅན་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་སྐབས་འགར་ལས་ཚིག་ཏུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་དག་ཚུལ་ཅན། སྐབས་འགར་ལས་ཚིག་ཏུ་འགྱུར་བར་ཐལ། ཁྱོད་སྟོག་ཚུལ་མི་འདྲ་བའི་དབང་གིས་ལས་ཚིག་ཏུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་དག་ཚུལ་ཅན། སྟོག་སྟངས་གྱི་དབང་གིས་ལས་ཚིག་ཏུ་འགྱུར་བར་ཐལ། མིང་ཡིག་ཐོག་མའི་སྟེང་ཏུ་སྒྲ་གདངས་མེ་བ་འདོག་སྟེ་བསྐྱགས་ན་དེ་དག་རེ་རེ་བཞིན་འདོད་ཡོན་ལ་ལོངས་སྟོན་པ་དང་། ལམ་འཕྲང་བཅོས་པ། སྟོ་སྟང་བ་བཅས་གྱི་བྱ་བའི་ལས་ཚིག་ཏུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།

བསྐྱར་སྒྱུར་གི་ཁ་བྱང་།

- ༡ རྒྱ་འབྲས་གཉིས་པོ་འགའ་བ་ཡིན་མིན་གྱིས།
- ༢ འདྲ་མཉམ་གྱི་རྒྱ་གང་ཡིན།
- ༣ འདྲ་མོ་མོ་གཉིས་རིགས་གཅིག་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་།
- ༤ རིགས་གཅིག་དང་བདག་ཉིད་གཅིག་ལ་བྱད་པར་གང་ཡོད།
- ༥ རྩས་གཅིག་དང་རྩས་རིགས་གཅིག་ལ་བྱད་པར་གང་ཡོད།
- ༦ བོད་ཡིག་གི་མཚན་ཉིད་རི་ལྟར་འཛོག་
- ༧ མིང་ཚིག་བརྗོད་པ་ཀུན་གྱི་གཞིར་གྱུར་པའི་མིང་གཞི་དང་། སྒྲིན་རྗེས་དབྱངས་གསུམ་འབྲུག་ལྷལ་གྱི་མིང་གཞི་གཉིས་ལ་བྱད་པར་ཅི།
- ༨ སྤང་དང་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་ལ་ཡིན་མིན་གྱི་ལུ་བཞི་གྱིས།
- ༩ བྱེད་སྒྲུབ་སྤང་ཡིན་ན་བྱེད་སྒྲུབ་མིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་།
- ༡༠ བ་དང་། བོ། ཅན། ལྷན། མཁན་རྣམས་སྐབས་འདྲིར་བསྟན་གྱི་བདག་སྒྲུབ་མིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་།
- ༡༡ དགག་སྒྲུབ་སྤང་ཡིན་ན་དགག་སྒྲུབ་ཡིན་པས་མ་བྱབ་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་།
- ༡༢ བདག་གཞན་པན་ཚུན་ཤེད་མཚུངས་པའི་ལས་ཚིག་ཡིན་ན་བྱེད་ཐ་དད་པའི་ལས་ཚིག་ཡིན་པས་མ་བྱབ་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་།
- ༡༣ རྒྱས་གསུམ་ཐོར་བྱ་བ་ཡིན་ན་ཁྱོད་བྱེད་ཐ་མི་དད་པ་ཡིན་པས་མ་བྱབ་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་།
- ༡༤ བྱེད་ཐ་དད་པ་ཡིན་ན་ཁྱོད་རྒྱས་གསུམ་གྱི་བཏང་བ་ཡིན་པས་མ་བྱབ་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་།
- ༡༥ བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་ལས་ཚིག་ཡིན་ན་ཁྱོད་ལ་བྱེད་སྒྲུབ་ཐོབ་པས་མ་བྱབ་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས།

སྒྲིབ་ཆན་བརྟན་པ།
ཤེས་བྱའི་ཡུལ་བཤད་པ།

ས་བཅད་དང་ཕོ། གཞན་གྱི་འདོད་པ་དགག་པ།

གཅིག །སློ་མ་འབྲུལ་བ་ཐལ་པ།

《རིགས་གཏེར་》ལས།

དོན་སྤྱི་དང་མི་མེད་སྤྱང་གཉིས།

ཡུལ་ཡིན་ཞེན་དེ་འཛིན་གྱི།

ཤེས་པ་གཉིས་པོ་འབྲུལ་པར་འགལ།

སྒྲིབ་ཆན་གྱི་འདོད་པ། ཐོད་སྒྲིབ་རབས་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྟོག་པ་འབྲུལ་པའི་ཡུལ་དོན་
སྤྱི་དང་། རྟོག་མེད་འབྲུལ་པའི་ཡུལ་མེད་པ་གསལ་སྤྱང་གཉིས་མེད་ན། འབྲུལ་པ་
གཞི་མེད་ཏུ་འབྱུར་བས་སྤྱང་ཡུལ་གཉིས་ཡོད་ལ། དེའང་འབྲུལ་ཤེས་གཉིས་
འཛིན་པའི་རང་རིག་གི་ཤུགས་ལ་བྱུང་བོ་ཟེར། མདོར་བརྟན་ན། མོང་གསལ་
འཕགས་ཐོད་གཉིས་ཀྱི་མཁས་པ་འདི་དག་ནི། སྤྱང་ཡུལ་དང་གཟུང་ཡུལ་དོན་
གཅིག་པར་འདོད་ལ། སྤྱང་ཡུལ་ཡིན་ན་གཟུང་ཡུལ་ཡིན་པས་བྱུང་། གཟུང་ཡུལ་
ཡིན་ན་སྤྱང་ཡུལ་ཡིན་པས་བྱུང་། ཅེས་འདོད།

རིགས་ལམ་ཏུ་བཀོད་ན། དོན་སྤྱི་དང་མེད་པ་གསལ་སྤྱང་གཉིས་ཆོས་ཅན།
ཡུལ་ཡིན་ཏེ། གཟུང་ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་སོ། ཕྱི་རྟོག་གིས་དགག་པ། གལ་
ཏེ་དོན་སྤྱི་དང་མེད་པ་གསལ་སྤྱང་གཉིས་ཡུལ་ཡིན་ན། དོན་སྤྱི་དོན་ཏུ་འཛིན་
པའི་རྟོག་པ་འབྲུལ་ཤེས་དང་། མེད་པ་གསལ་སྤྱང་ཟླ་བ་གཉིས་སྤྱང་གི་སློ་རྟོག་པ་
འབྲུལ་ཤེས་གཉིས་ལ་འབྲུལ་པའི་སློ་ཞེས་པ་དང་འགལ་ཏེ། དེ་གཉིས་གཟུང་ཡུལ་
ཡིན་པ་ཁས་སྤངས་པའི་ཕྱིར།

རིགས་ལམ་ཏུ་བཀོད་ན། རྟོག་བཅས་ཀྱི་སློ་དང་ཟླ་བ་གཉིས་སྤྱང་གི་སློ་ཆོས་

ཅན། མ་འབྲུལ་བར་ཐལ། གཟུང་ཡུལ་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན།
བུམ་འཛིན་གྱི་མིག་ཤེས་བཞིན་ནོ། །ཡང་ཁོ་ན་རེ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

ཡུལ་ཡོད་ན་ཡང་ཐག་པ་ལ།

སྐུལ་འཛིན་བཞིན་དུ་འབྲུལ་ཞེ་ན།

དེའི་དོན་ནི། ཡུལ་ཡོད་ན་འང་འབྲུལ་པ་འབྱུང་སྲིད་དེ་དཔེར་ན་ཐག་པ་ཁྱ་པོ་
མཐོང་བའི་ཆེ་སྐབས་འགར་སྐུལ་ཡིན་པར་འབྲུལ་སྲིད་པ་བཞིན་ནོ་ཞེ་ན།

རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་ན། མ་ཁྱབ་སྟེ། དེ་འཛིན་གྱི་ཤེས་པ་གཉིས་པོ་ཆོས་
ཅན། འབྲུལ་པ་ཡིན་ཏེ། ཡུལ་ཡོད་ཀྱང་ཡུལ་གྱི་གནས་ཚུལ་དང་མི་མཐུན་པར་
འཛིན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན། ཐག་ཁྱ་ལ་སྐུལ་འཛིན་པ་བཞིན་ནོ། ཞེ་ན། དེ་ལ་
ལན་དུ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

ཁྱར་འཛིན་ཡུལ་ཡོད་ཕྱིར་མ་འབྲུལ། །

ཡུལ་མེད་པས་ན་སྐུལ་འཛིན་འབྲུལ། །

ཁྱ་པོར་འཛིན་པའི་རྟོག་མེད་གྱི་ཤེས་པ་དེ་ལ་འབྲུལ་པ་མེད་དེ། དེ་ལ་ཡུལ་ཁྱ་
པོ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འོ་ན་གང་ཞེ་ན། ཡུལ་སྐུལ་མེད་བཞིན་དུ་ཐག་པ་ལ་སྐུལ་འཛིན་
པའི་རྟོག་བཅས་ཤེས་པ་དེ་ཉིད་འབྲུལ་པ་ཡིན་ནོ། །

རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་ན། རྟོགས་མ་གྲུབ་སྟེ། ཤེས་བྱ་གཉིས་པོ་ཆོས་ཅན།
ཡུལ་ཡོད་བཞིན་དུ་འབྲུལ་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཡུལ་མེད་པ་ལ་ཡོད་པ་འཛིན་
པའི་འབྲུལ་སྐྱང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན། ཐག་ཁྱ་ལ་སྐུལ་མེད་པ་བཞིན་ནོ།

གཉིས། ཡུལ་སྐྱང་རུང་དུ་ཐལ་བ།

《རིགས་གཏེར་》ལས།

སྐྱང་བ་གཉིས་པོ་ཤེས་པ་ལས། །

ཐ་དད་ཡིན་ན་ཡུལ་རུང་བར། །

གནས་པའི་གང་ཟག་གཞན་གྱིས་ཀྱང་། །

མཐོང་འགྱུར་བུམ་པ་ལ་སྟགས་བཞིན། །

འོ་ན་ཡུལ་དོན་གྱི་དང་མེད་པ་གསལ་སྐྱང་གཉིས་ཆོས་ཅན། ཡུལ་སྐྱང་རུང་ན་

གནས་པའི་གང་ཟག་གཞན་གྱིས་ཀྱང་མཐོང་བར་ཐལ། ཤེས་པ་ལས་ཇུས་ཐ་དད་
 ཏུ་ཀྱང་པའི་ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྟེ། གཟུང་ཡུལ་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་
 དཔེར་ན། མཐོང་རུང་གི་ཡུལ་ན་གནས་པའི་བྱམ་པ་བཞིན་ནོ། ཞེས་སོ། ཁོ་ན་རེ།
 «རིགས་གཏེར་»ལས།

དོན་ཉིད་ཡིན་ཡང་ལུས་ཀྱི་ནང་།།

མི་མཐོང་བཞིན་ཏུ་འབྱུང་སྒྲུང་གཉིས།།

བདག་ལ་རྟག་ཏུ་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར།།

གཞན་གྱིས་རྟོགས་པ་མེད་ཅེ་ན།།

ཞེས་པའི་དོན་ནི། མ་ཁྲབ་སྟེ། ཤེས་པ་ལས་ཐ་དད་པའི་དོན་ཡིན་ན་ཀྱང་གྱིས་
 མཐོང་བྱ་ཡིན་པས་མ་ཁྲབ་སྟེ། དཔེར་ན། ལུས་ཀྱི་ནང་བཞིན་ནོ། དེས་ན་འབྱུང་
 སྒྲུང་དོན་གྱི་དང་མེད་པ་གསལ་སྒྲུང་གཉིས་ཆོས་ཅན། གང་ཟག་གཞན་གྱིས་
 རྟོགས་བྱ་མིན་རྟེ། དེ་སྒྲུང་མཁན་རང་ཉིད་ཀྱིསྟོ་དང་རྟག་ཏུ་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར།
 ཞེ་ན། ལན་ཏུ། «རིགས་གཏེར་»ལས།

ནང་གི་ལུས་ནི་ཡུལ་རུང་མིན།།

དེས་ན་རང་གིས་ཀྱང་མི་མཐོང་།།

མཐུན་དཔེ་འགལ་རྟེ། ནང་གི་ལུས་ཡུལ་སྒྲུང་རུང་གི་མཐུན་དཔེར་མི་རུང་བར་
 ཐལ། དེ་སྒྲུང་རུང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྒྱ་མཚན་དེས་ན་རང་གིས་ཀྱང་མི་མཐོང་
 རྟོ། ཡང་ན། ལུས་ཀྱི་ནང་ཆོས་ཅན། སྒྲུང་རུང་གི་ཡུལ་མ་ཡིན་རྟེ། གཞན་མ་ཟད་
 རང་གིས་ཀྱང་མི་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རྟེ། སྒྲིབ་པས་ཆོད་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་སྤང་
 རིའི་རྒྱབ་ལོག་གི་གཡག་བཞིན་ནོ། །ཡང་ཁོ་ན་རེ། «རིགས་གཏེར་»ལས།

རང་ལ་རྟག་ཏུ་འབྲེལ་བས་ན།།

གཉིས་པོ་འང་ཡུལ་རུང་མིན་ཞེ་ན།།

ཞེས་པའི་དོན། དོན་གྱི་དང་མེད་པ་གསལ་སྒྲུང་གཉིས་དོན་གྱི་གཟུང་ཡུལ་ཡིན་
 ཡང་རང་རང་གིསྟོ་ཁོ་ན་དང་རྟག་ཏུ་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་ན་གཞན་གྱི་གཟུང་ཡུལ་
 ཏུ་རུང་བ་མིན་ནོ་ཞེ་ན།

རིགས་ལམ་རྩ་བཤོད་ན། འོན་ཏྲུང་མེད་པ་གསལ་སྤང་གཉིས་ཆོས་ཅན།
གཞན་གྱི་སྤང་རྩ་རྩལ་བའི་ཡུལ་མ་ཡིན་ཏེ། རང་གི་སྒྲོ་ཁོ་ན་དང་རྟག་རྩ་འབྲེལ་
བའི་ཕྱིར། ཞེ་ན། དེའི་ལན་རྩ། 《རིགས་གཉེར་》ལས།

རང་སྒྲོ་ཁོ་ན་དང་འབྲེལ་ཕྱིར།

བརྗོད་ཀྱང་གཞན་གྱིས་རྟོགས་མི་འགྱུར།

ཞེས་པའི་དོན། རང་སྒྲོ་ཁོ་ན་དང་འབྲེལ་བའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་གཟུང་
ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན་དེ་ངག་ནས་བརྗོད་ཀྱང་། གང་ཟག་གཞན་དེས་ནམ་ཡང་
རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་རོ།

རིགས་ལམ་རྩ་བཤོད་ན། འབྲེལ་བའི་ཡུལ་གཉིས་པོ་ཆོས་ཅན། གཞན་ལ་
བསྟན་ཀྱང་གཞན་གྱིས་མི་རྟོགས་པར་ཐལ། རང་གི་སྒྲོ་ཁོ་ན་དང་འབྲེལ་བའི་
ཕྱིར། དཔེར་ན། རང་རིག་བཞིན་ནོ། །ཡང་ན། འོན་ཏྲུང་ཆོས་ཅན། བྱུང་བརྗོད་
ཀྱང་གང་ཟག་གཞན་གྱིས་མི་རྟོགས་པར་ཐལ། སྤང་མཁན་རང་གི་སྒྲོ་ཁོ་ན་དང་
འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ཁོ་ན་རེ། 《རིགས་གཉེར་》ལས།

རང་རང་སྒྲོ་དང་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར།

བརྗོད་པས་དེ་ཉིད་རྟོགས་ཤིང་།

ཡུལ་གཉིས་པོ་དེ་འཆད་ཉན་བྱེད་པའི་གང་ཟག་གཉིས་པོ་རང་རང་གི་སྒྲོ་དང་
འབྲེལ་བའི་གཟུང་ཡུལ་རེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ན། བརྗོད་པ་པོས་རང་གི་སྒྲོ་ཡུལ་དེ་
བརྗོད་པའི་ཆོ། ཉན་པ་པོས་རང་གི་སྒྲོ་ཡུལ་དེ་ལ་གོ་རུས་སོ་ཞེ་ན།

རིགས་ལམ་རྩ་བཤོད་ན། ཡུལ་གཉིས་པོ་ཆོས་ཅན། བརྗོད་པ་པོས་རང་གི་
སྒྲོའི་ཡུལ་གྱི་དོན་དེ་བརྗོད་པས། ཉན་པ་པོས་རང་རང་གི་ཡུལ་དེ་གོ་བ་མི་འགལ་
ཏེ། གང་ཟག་རང་རང་གི་སྒྲོ་དང་འབྲེལ་བའི་དོན་སྒྲི་རེ་རེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཞེ་ན།
དེའི་ལན་རྩ། 《རིགས་གཉེར་》ལས།

གང་ཟག་གཉིས་ཀྱི་བརྗོད་བྱའི་དོན།

སོ་སོ་ཡིན་ཕྱིར་སྒྲོར་མི་རུས།

ཞེས་པའི་དོན་ནི། གང་ཟག་རང་རང་གི་སྒྲོ་རྒྱུད་པ་དང་འབྲེལ་བའི་དོན་དེ་

བརྗོད་པས་རང་རང་གི་སྒོ་དང་འབྲེལ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་གོ་བའི་ཕྱིར། གཉིས་གའི་བརྗོད་བྱ་ཐུན་མོང་ཅན་ཞིག་གོ་མི་རུས་ཏེ། དེ་གཉིས་ལ་མཆམས་སྦྱར་བའི་ཐབས་མེད་པའི་ཕྱིར།

རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་ན། འཆད་ཉན་བྱེད་པའི་གང་ཟག་གཉིས་ཀྱི་བརྗོད་བྱའི་དོན་སྤྱི་གཉིས་པོ་ཆོས་ཅན། ཐུན་མོང་དུ་གོ་བ་མི་འགུར་བར་ཐལ། དེ་གཉིས་པོ་རང་རང་གི་སྒོ་དང་འབྲེལ་བའི་ཡུལ་སོ་སོ་བ་རེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་ཡུལ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་ལ་གཅིག་དུ་མཆམས་སྦྱར་བའི་ཐབས་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་སོ་ན་རེ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

གང་ཟག་སོ་སོ་ལ་ཡོད་པའི།

སེམས་ཀྱི་རྣམ་པ་གཉིས་འདྲ་བས།

འདྲ་ལ་གཅིག་དུ་ཞེན་པ་ལ།

ཐ་སྙད་སྦྱར་ཕྱིར་མི་འགལ་ན།

འཆད་ཉན་བྱེད་པའི་གང་ཟག་གཉིས་པོ་སོ་སོའི་སྒོ་དོར་སྤང་བའི་དོན་སྤྱི་དེ་གཉིས་རང་རང་གི་སྒོ་དང་འབྲེལ་བ་ཡིན་ཡང་། དོན་དེ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་པ་འདྲ་བས། འདྲ་བ་ལ་གཅིག་ཞེན་ནས་གཅིག་པའི་ཐ་སྙད་སྦྱར་ན་མི་འགལ་ལོ་སྤྲུམ་ན།

རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་ན། འཆད་ཉན་བྱེད་པའི་གང་ཟག་གཉིས་པོའི་སྒོ་ལ་ཤར་བའི་སོ་སོའི་དོན་སྤྱི་གཉིས་པོ་ཆོས་ཅན། བན་ཚུན་རྟོགས་པ་ཡོད་པར་ཐལ། བུམ་པ་ལྟ་བུའི་དོན་སྤྱི་ལྟ་ལྟོས་ཞབས་ཞུམ་པ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་གཉིས་འདྲ་བ་ལ་གཅིག་དུ་ཞེན་ནས་ཐ་སྙད་སྦྱར་བའི་ཕྱིར། སོ་སོར་བཟུང་ཡང་གཅིག་དུ་སྦྱར་བ་མི་འགལ་ལོ་ཞེན། དེའི་ལན་དུ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

རང་ལ་ཤར་ན་རང་ཡུལ་ཡིན།

མ་ཤར་ན་ནི་དེ་ཡུལ་མིན།

དེས་ན་ཐ་དད་གཟུང་བ་ལ།

གཅིག་དུ་འཛིན་པ་ག་ལ་སྲིད།

ཅེས་པའི་དོན་ནི། འོ་ན། འཆད་ཉན་བྱེད་པའི་གང་ཟག་གཉིས་ཀྱི་སྒོ་ལ་རང་

རང་གི་དོན་སྤྱི་ལྷན་པ་ཐ་དད་པ་རེ་ཤར་རམ་མ་ཤར། ཤར་ན། ཐུན་མོང་དུ་
མི་འཛིན་བར་ཐལ། རང་ཁོ་ནའི་སྒྲོ་དང་འབྲེལ་བའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་
ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་ཤར་ན། དེ་གཉིས་གཅིག་དུ་འཛིན་མི་སྲིད་པར་ཐལ། རང་གི་
སྒྲོ་ལ་མ་ཤར་བའི་ཕྱིར་ཏེ། དེའི་ཡུལ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྒྱ་མཚན་དེས་ན་གང་ཟག་
གཉིས་ཀྱི་རང་རང་གི་སྒྲོ་ལ། དོན་སྤྱི་མི་འདུ་བ་གཉིས་ཐ་དད་དུ་བཟུང་བ་དེ་ལ་
གཅིག་དུ་བཟུང་བ་གལ་སྲིད་དེ་མི་སྲིད་དོ། །ཡང་ཁོ་ན་རེ། «རིགས་གཏེར་» ལས།
ཐ་དད་ཡིན་ཡང་ཡུལ་གཅིག་དུ། །

འབྲུལ་པའི་སྒྲོ་ནས་འཛིན་ཞེ་ན། །

ཞེས་པའི་དོན་ནི། མ་ཁྲབ་སྟེ། འཆད་ཉན་བྱེད་པའི་གང་ཟག་གཉིས་ཀྱི་སོ་སོའི་
སྒྲོ་དོར་འབྲེལ་བའི་དོན་སྤྱི་གཉིས་སོ་ཆོས་ཅན། དོན་གཅིག་དུ་རྟོགས་སྲིད་པར་
ཐལ། ཡུལ་ཐ་དད་ཡིན་ཡང་འབྲུལ་པའི་སྒྲོ་ནས་གཅིག་དུ་འཛིན་ཅུང་བའི་ཕྱིར།
ཞེ་ན། དེའི་ལན་དུ།

གཅིག་དུ་འཛིན་པ་འབྲུལ་པའི་ཕྱིར། །

གཟུང་ཡུལ་མེད་པར་གྲབ་པ་ཡིན། །

ཞེས་པའི་དོན་ནི། དོན་སྤྱི་དང་མེད་པ་གསལ་སྤང་གཉིས་ལ་འཆད་ཉན་བྱེད་
པའི་གང་ཟག་གཉིས་ཀྱི་རྟོག་པ་ཆོས་ཅན། གཟུང་ཡུལ་མེད་པར་ཐལ། ཡུལ་གཅིག་
མ་ཡིན་པ་ལ་གཅིག་དུ་འཛིན་པའི་འབྲུལ་པའི་སྒྲོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཡང་ན། སྤང་ཡུལ་གཉིས་སོ་ཆོས་ཅན། གཟུང་ཡུལ་མེད་པར་ཐལ། དེ་འཛིན་
ཀྱི་སྒྲོ་གཅིག་མ་ཡིན་པ་ལ་གཅིག་དུ་འཛིན་པའི་འབྲུལ་པའི་སྒྲོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
བསྟོམས་ཆོག «རིགས་གཏེར་» ལས།

རིགས་པས་བརྟགས་ན་མེད་བཞིན་དུ། །

ད་དུང་ཕལ་ཆེར་ཡུལ་དུ་ཞེ་ན། །

སོར་མོའི་ཆེ་མོས་བསྟན་པ་ན། །

ནམ་མཁའ་མཐོང་ཞེས་སྟུན་སོ་འབྲུལ། །

ཞེས་པའི་དོན་ནི། དེ་ལྟ་བུའི་རིགས་པ་སྟེ་རྒྱ་མཚན་སྤྱོད་ཆོགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་

བརྟག་དབྱུང་བྱས་ན། ལྷ་པོ་ལྷ་པོ་གཉིས་པོ་དེ་ལ་དོན་རང་མཆོན་ཅན་གྱི་གཟུང་
 ལྷ་མེད་བཞིན་རུ། ད་དུང་ཡང་བོད་ཀྱི་ཆོད་མ་བ་པ་ལ་ཆེར་གཟུང་ལྷ་ཡིན་
 པར་ཞེན་པ་འདི་ནི། དཔེར་ན། རྣམ་མཁའ་སྟོང་པ་ནི་མིག་ཤེས་ཀྱི་གཟུང་བྱའི་
 གཟུགས་རང་མཆོན་པ་གང་ཡང་མེད་ཀྱང་། བར་ལྷ་སྟོང་པའི་དབྱིངས་ལ་
 མཚུབ་མོ་བཅུགས་ཏེ་འདི་ནི་རྣམ་མཁའ་རེད་ཅེས་བསྟན་པའི་ཆོ། ལྷ་པོ་འགའ་
 ཞིག་གིས་སོར་མོའི་ཅེ་མོས་བསྟན་པའི་ཚུགས་དེ་ལ་ལྷ་ཞིང་རྣམ་མཁའ་མཐོང་ངོ་
 ལྷ་པོ་འབྲུལ་པའི་སྟོང་དང་ཚུགས་ཀྱན་ནས་མཚུངས་སོ། །

ས་བཅད་གཉིས་པ། རང་ལྷགས་བཞག་པ།

ཆོད་མ་《རིགས་གཏེར་》ལས།

གཞལ་བྱ་རང་མཆོན་གཅིག་ཁོ་ན། །

ལྷ་པོ་གནས་ལྷགས་དང་བསྟན་ན་གཞལ་བྱ་རང་མཆོན་གཅིག་ཁོ་ན་ཡིན་
 ཏེ། ལྷ་པོ་དོར་གྱི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་དོན་རང་མཆོན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱ་དགོས་
 པའི་ཕྱིར། ལྷ་པོ་དངོས་མེད་ནི་གཞལ་བྱ་མི་རུང་སྟེ། སྤྱི་མཆོན་རྟོག་པས་སྤྱར་
 བའི་ཆོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྣམ་འགྲེལ་ལས། རང་གི་མཆོན་ཉིད་གཅིག་གཞལ་
 བྱ། །ཡོད་མེད་ཉིད་རུ་དཔྱད་ནམས་ཀྱི། །དོན་བྱ་དེ་ལས་བྱ་བ་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་
 དང་། མེད་པ་གཞལ་བྱ་མ་ཡིན་ཕྱིར། །གཅིག་ཉིད་ཅེ་ན་ཁོ་བོ་འང་འདྲོད། །

དོན་ཀྱང་སྟོང་ལྷ་པོ་ལ་འཇུག་ཚུལ་གྱི་སྟོན་ནས་དབྱེ་ན། གཟུང་ལྷ་པོ་དང་། ཞེན་
 ལྷ་པོ། འཇུག་ལྷ་པོ་གསུམ་རུ་དབྱེ་ཆོག དེའང་ལྷ་པོ་རང་མཆོན་པ་དེ་ཉིད་དངོས་
 སུ་འཇུག་ན་གཟུང་ལྷ་པོ། ཡང་རང་མཆོན་དེ་ཉིད་སྟོན་ཀྱང་རུ་འཇུག་ན་ཞེན་
 ལྷ་པོ་དང་། དངོས་སྟོན་གི་འཇུག་ཚུལ་གཉིས་པོ་གང་གིས་འཇུག་ཡང་སྤྱིས་བྱས་
 འཇུག་ན་མི་བསྟུ་བས་ན་འཇུག་ལྷ་པོ་ཡིན་ནོ། །

ས་བཅད་གསུམ་པ། ཆོད་པ་སྤྲང་བ།

ཆོད་པ་སྤྲང་བ་ཞེས་པ་རང་གི་ལྷ་བ་གང་ཡིན་ཁས་སྤངས་པ་དེ་ལ་གལ་
 སྤྲང་མི་གཞན་གྱིས་དོགས་སྟོང་འདི་དང་འདི་ལྷ་བྱ་ཡོད་ན། དེ་ལ་ལན་རི་ལྷ་ར་

འདི་བས་ཚུལ་བརྟག་པ་མཐར་བཟུང་གི་སློན་ནས་འགྲེལ་བཤད་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན།

གཅིག །གཞུང་གི་གཞི་སྒྲིག་གི་གསུངས་པ་དང་འགའ་བ་སྤང་བ།

གཞན་གྱིས་སློན་བཏོན་པ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

ཡུལ་གཉིས་བཞིན་པས་གནོད་ཅི་ན། །

འཇུག་ཚུལ་སློན་ནས་རང་སྤྱི་གཉིས། །

དོན་སྤྱི་ཡུལ་མ་ཡིན་ན་དཔལ་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱང་པོས་གཞུང་གི་གཞི་སྒྲིག་གི་གསུངས་པ་དང་འགའ་ལོ་ཞེ་ན། ཞེས་སོ། །

རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་ན། ཚད་མའི་གཞུང་གི་ཚོས་ཅན། ཡུལ་རང་མཚན་གཅིག་ཁོ་ན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དཔལ་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱང་པོས་གཞུང་གི་གཞི་སྒྲིག་གི་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཞེ་ན།

དེའི་ལན་དུ། སློབ་དཔོན་གྱིས་དོན་ལ་གཞུང་གི་གཞི་སྤྱོད་པ་ལ་དགོངས་ནས་ཚད་མའི་གཞུང་གི་གཞི་སྒྲིག་གི་གསུངས་པ་མ་ཡིན་གྱི་སློབ་ཡུལ་ལ་འཇུག་ཚུལ་གྱི་སློན་ནས་མངོན་གྱུར་གྱི་རང་མཚན། རང་གིས་འཇུག་པ་དང་། སློག་གྱུར་གྱི་རང་མཚན་གཞན་དོན་སྤྱིའི་རྣམ་པའི་སློན་ནས་འཇུག་པའི་ཕྱིར་ན་གཞུང་གི་གཞི་སྒྲིག་གི་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་ན། མ་ཁྲུལ་སྤྱི་གཞུང་གི་རང་མཚན་ཚོས་ཅན། སློབ་འཇུག་ཚུལ་གྱི་སློན་ནས་རང་མཚན་དང་སྤྱི་མཚན་གཉིས་ཡོད་ཀྱང་། གཞུང་གི་ཡུལ་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས། དོན་སྤྱི་དང་མེད་པ་གསལ་སྤྱད་གཉིས་གཞུང་གི་

མཚན་པའི་ཚུན་པ་སྤང་བ།

ཡང་ཁོ་ན་རེ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

མེད་པའང་གཞུང་གི་མཚན་ཤེ་ན། །

དེ་ལ་ཡུལ་གྱི་དགོས་ཅུས་མེད། །

སློབ་འཇུག་ཚུལ་གྱི་སློན་ནས་དོན་སྤྱི་གཞུང་གི་འཇོག་ཅུང་ན། ཟླ་བ་གཉིས་

སྒྲུང་ལྟ་བུ་མེད་པ་གསལ་སྒྲུང་ཡང་། ཅིའི་ཕྱིར་གཞལ་བྱའི་ཡུལ་གསུམ་པར་འཛོག་
མི་བྱང་སྟེ། དེ་གཉིས་སྟོ་འབྲུལ་པའི་འཇུག་ཡུལ་ཡིན་པར་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་ན། མེད་པ་གསལ་སྒྲུང་ཚེས་ཅན། ཚད་མའི་གཞལ་བྱ་
ཡིན་པར་ཐལ། འོན་ཏྲུ་གཞལ་བྱ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་དེ་གཉིས་རྒྱ་མཚན་མཚུངས་
པའི་ཕྱིར། ཞེ་ན། དེའི་ལན་དུ། རྒྱ་བ་གཉིས་སྒྲུང་ལ་སོགས་མིག་ནད་ཅན་གྱིས་
མཐོང་བའི་ཡུལ་གྱི་དངོས་པོ་དང་མི་མཐུན་པའི་གཟུགས་དེ་དག་ཕྱི་རོལ་ན་ཡུལ་
དངོས་པོ་ལའང་མེད། དེ་ལ་ཡུལ་དུ་ཞེན་མཁན་ཡང་མེད། ཞེན་པ་བྱས་ཀྱང་
འོན་དང་ཐུད་པའང་མེད་པས། དེ་འཇལ་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མའི་དགོས་པ་གང་ཡང་
མེད་དོ། །འོན་ཏྲུ་གཟུང་ཡུལ་མ་ཡིན་ཡང་འབྲུལ་ནས་ཞུགས་ན་འཇུག་ཡུལ་ཐོབ་
པར་རུས་པས་ཡུལ་དུ་འཛོག་པའི་ཕྱིར་དེ་གཉིས་ག་ལ་མཚུངས་ཏེ་མི་མཚུངས་སོ།

རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་ན། མ་གྲུབ་སྟེ། འོན་ཏྲུ་གཞལ་བྱ་བྱས་ན་འཇུག་ཡུལ་
རང་མཚན་ཐོབ་པ་གང་ཞིག་མེད་པ་གསལ་སྒྲུང་གི་འཇུག་ཡུལ་རང་མཚན་ཐོབ་
མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

བརྟག་པ་མཐར་བཟུང་གི་སྟོན་ས། ཁོ་ན་རེ། འོ་ན་རབ་རིབ་ཅན་ལ་སྒྲ་ཤད་
ལ་སོགས་པར་སྒྲུང་བ་འདི་འོན་བྱེད་མི་རུས་པས་འོན་རང་མཚན་ཡང་མ་ཡིན།
རྟོག་པས་མ་བཟུང་བས་སྟེ་མཚན་ཡང་མ་ཡིན་པས་གང་དུ་འདུ་ཞེ་ན། དེའི་
ལན་དུ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

སྒྲ་སོགས་སྒྲུང་བ་སྟོ་ཉིད་ཡིན། །

སྒྲར་སྒྲུང་འོན་ལ་གྲུབ་པ་མེད། །

དེ་ནི་དངོས་པོ་ཡོད་མེད་ཅེས། །

རྟོག་པས་དཔྱད་ན་སྟེ་མཚན་ཡིན། །

སྒྲ་ཤད་སོགས་སྒྲུང་བའི་ཡུལ་ཅན་སྟོ་དེ་ནི་སྟོ་རང་མཚན་ལས་མ་འདས་པ་
ཡིན་མོད། སྒྲར་སྒྲུང་གི་རོལ་ཡུལ་དུ་སྟོ་མ་པ་ནི་གཞི་མེད་ལ་འབྲུལ་པས་ཡུལ་དེ་
འོན་ལ་གྲུབ་པ་གང་ཡང་མེད། སྒྲར་སྒྲུང་དེ་དངོས་པོ་ཡིན་ནམ་དངོས་མེད་ཡིན་
ཞེས་དཔྱད་ན། དེ་ནི་རྟོག་པའི་དངོས་ཡུལ་ཡིན་པས་སྟེ་མཚན་གྱི་ཁོངས་སུ་འདུ།

རིགས་ལམ་རྟུ་བཀོད་ན། སྒྲར་ཤད་སོགས་སྒྲར་བའི་ཡུལ་དེ་ཆོས་ཅན། འོན་ལ་
གྲུབ་པ་མེད་དེ། དེ་འབྲུལ་སྒྲར་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡང་། སྒྲར་ཤད་སྒྲར་བའི་སྒྲོ་དེ་
ཆོས་ཅན། སྒྲི་མཚན་ཡིན་ཏེ། དེ་རྟོག་པས་དཔྱད་ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ།

གསུམ། རྩོད་བ་དང་འགལ་བ་སྒྲར་བ།

ཡང་སོན་རེ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

དངོས་མེད་གཉིས་པོ་རང་རིག་གི །

ཤུགས་ལས་གྲུབ་པས་གསལ་ཞེ་ན། །

འདིར་དོན་སྒྲི་དང་མེད་པ་གསལ་སྒྲར་གཉིས་ཡུལ་མིན་ན། རང་རིག་གིས་ངེ་
སྒྲར་ཉམས་སུ་རྩོད་སྒྲི་རྩོད་མི་རིགས་སོ། དེས་ན་ཡུལ་གཉིས་པོ་དེ་རང་རིག་གིས་
ཉམས་སུ་རྩོད་བ་ཡོད་པའི་ཤུགས་ལས་ཡུལ་ཡོད་པར་གྲུབ་པོ་ཞེ་ན།

རིགས་ལམ་རྟུ་བཀོད་ན། འོན་སྒྲི་དང་མེད་པ་གསལ་སྒྲར་གཉིས་ཆོས་ཅན།
ཡུལ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་འཛིན་གྱི་ཤེས་པ་གཉིས་པོ་ཡོད་པ་རང་རིག་གིས་ཉམས་
སུ་རྩོད་བ་གང་ཞིག ཡུལ་ཅན་ཡོད་ན་ཡུལ་ཡོད་དགོས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དཔེར་ན།
མཐུན་སྒྲགས་ཀྱི་ཅོག་ཅེ་འཛིན་པའི་ཤེས་པ་བཞིན་ནོ། ཞེ་ན། དེའི་ལན་རྟུ།

འབྲུལ་ཤེས་གཉིས་ལ་ཡུལ་མེད་ཅིང་། །

རང་རིག་གིས་ནི་རྩོད་བའི་ཕྱིར། །

ཤེས་པ་ཉིད་ཡིན་དེ་ཡང་ནི། །

མེད་པ་འཛིན་ཕྱིར་འབྲུལ་ཤེས་ཡིན། །

དོན་སྒྲི་དང་མེད་པ་གསལ་སྒྲར་གཉིས་འཛིན་པའི་འབྲུལ་པའི་སྒྲོ་གཉིས་ལ་
ཡུལ་མེད་དེ། རང་རིག་གིས་ཉམས་སུ་རྩོད་བའི་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ཡང་
ཡུལ་མེད་པ་ལ་ཡུལ་རྟུ་འཛིན་ནས་རྩོད་བའི་ཕྱིར་ན་འབྲུལ་ཤེས་ཡིན་ནོ།

རིགས་ལམ་རྟུ་བཀོད་ན། མ་ཁྲབ་སྒྲེ། རང་རིག་གིས་ཉམས་སུ་རྩོད་བ་ཡིན་ན་
ཡུལ་ཡོད་པ་ཡིན་པས་མ་ཁྲབ་སྒྲེ། རང་རིག་གིས་ཤེས་པའི་རྣམ་པ་ཅམ་ཞིག་
ཉམས་སུ་རྩོད་བ་གང་ཞིག ཡུལ་ཉམས་སུ་རྩོད་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། འཛིན་
རྣམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །ཡང་ན། འབྲུལ་ཤེས་གཉིས་པོ་ཆོས་ཅན། དེ་ལ་ཡུལ་མེད་

དེ། རང་རིག་གིས་སྤྱད་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྟེ། དེ་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
ཡང་། འོན་ཏེ་དང་མེད་པ་གསལ་སྤང་གཉིས་འཛིན་པའི་འཛིན་ཀླུ་ཆོས་ཅན།
ཤེས་པ་ཡིན་རྟེ། རང་རིག་གིས་སྤྱད་བའི་ཕྱིར། དེ་ཆོས་ཅན། འབྲུལ་ཤེས་ཡིན་རྟེ།
འོན་ལ་མེད་པར་འཛིན་པའི་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ།

བཞི། དགག་པ་ཚད་མས་མི་རྟོགས་པ་ཐལ་བ་སྤང་བ།
ཡང་ཁོ་ན་རེ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

རང་མཚན་མིན་པའི་ཡུལ་མེད་ན། །

དངོས་མེད་གཞལ་བྱ་འགལ་ཞེ་ན། །

འོན་རང་མཚན་ཁོ་ན་ལས་གཞལ་བྱའི་ཡུལ་དངོས་མེད་ན། དངོས་མེད་
ཚད་མའི་གཞལ་བྱ་མ་ཡིན་པས་དེས་ན་དངོས་མེད་འཇལ་བའི་ཚད་མ་མི་སྲིད་
པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།

རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་ན། དངོས་མེད་ཆོས་ཅན། ཚད་མའི་གཞལ་བྱ་མི་རུང་བར་
ཐལ། རང་མཚན་མེད་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དེའི་ལན་དུ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

དགག་བྱ་དངོས་པོ་ཡོད་མེད་ཅེས། །

བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་ན་འགལ་བ་མེད། །

འདིར་ལྟོས་བཅས་ཀྱི་སྒྲི་ནས་དགག་བྱ་དང་བསྐྱབ་བྱ། དངོས་པོ་དང་དངོས་
མེད་ཅེས་པའི་བསྐྱད་ཀྱི་ནམ་གཞག་ཡིན་སྟབས་ཚྱོད་གཞི་ཆོས་ཅན་གྱི་ཐོག་དུ།
དངོས་པོ་གང་ཞིག་ཡོད་མེད་དགག་སྐྱབ་བྱེད་པ་ཡིན་པས་ན། འདི་ལ་དངོས་
མེད་གཞལ་བྱ་ཡིན་པ་མི་འགལ་རྟེ། དེ་ཚྱོད་གཞི་དེའི་ཐོག་དུ་དངོས་པོ་ཡོད་མེད་
གཞལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འོན་ལ་མ་གུབ་པའི་དངོས་མེད་རྒྱུ་པ་ནི་གཞལ་བྱ་མ་
ཡིན་པ་ནི་རྣམ་པ་ཀུན་དུ་འདོད་དོ།

རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་ན། མི་འགལ་རྟེ། དངོས་པོ་ཡོད་པ་གང་ཞིག་དེ་ཡོད་
མེད་དུ་གཞལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྟེ། དངོས་མེད་རྒྱུ་པ་རང་དབང་དུ་གཞལ་མི་
རུས་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན། རྟེན་ལྡན་ལ་གཡག་གི་སྒྲ་ཡོད་མེད་གཞལ་བྱ་རུང་
ལ། རྟེན་ལྡན་ལ་རུས་སྒྲ་གྱི་སྒྲ་ཡོད་མེད་གཞལ་བྱ་མི་རུང་བ་བཞིན་ནོ།

བསྐྱར་སྒྱུར་གི་ཁ་བྱང་།

- ༡ མཚན་ཉིད་ཅེས་པའི་དོན་གང་ཡིན།
- ༢ དོན་སྤྱི་དང་མེད་པ་གསལ་སྒྲུབ་གཉིས་འཛིན་པའི་སྒྲིབ་གཉིས་ལ་བྱད་པར་གང་ཡོད།
- ༣ བྱ་འཛིན་འབྲུལ་ཤེས་ཡིན་པ་དང་། སྒྲུབ་འཛིན་འབྲུལ་ཤེས་མིན་པའི་དོན་གང་ཡིན།
- ༤ སྒྲུབ་ཡུལ་གཉིས་པོ་ཤེས་པ་ལས། ཞེས་པའི་སྒྲུབ་ཡུལ་གཉིས་གང་ལ་ངོས་འཛིན་དགོས།
- ༥ ས་ལུགས་ལ་སྒྲུབ་ཡུལ་དང་གཟུང་ཡུལ་གཉིས་ཀྱི་བྱད་པར་གཙོ་བོ་གང་ཡིན།
- ༦ སྒྲུབ་ཡུལ་དང་གཟུང་ཡུལ་ཕན་ཚུན་ཡིན་བྱང་མཉམ་མིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་།
- ༧ རང་དང་རྟག་ཏུ་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་འབྲེལ་ཡུལ་གང་ཡིན།
- ༨ ས་ལུགས་གཞལ་བྱའི་ཡུལ་གང་ལ་ངོས་འཛིན་དགོས།
- ༩ མེད་པ་འང་གཞལ་བྱ་མཚུངས་ཤེ་ན། ཞེས་པའི་མེད་པ་དེའི་དོན་གང་ཡིན།
- ༡༠ སྒྲིབ་ཤད་སོགས་རྟོག་མེད་འབྲུལ་ཤེས་དེ་རང་མཚན་དང་། སྒྲིབ་མཚན་གང་ཡིན།
- ༡༡ རང་རིག་གིས་ཉམས་སུ་སྒྱུར་བ་དེ་མེས་པ་ཡིན་ནམ་ཡུལ་ཡིན།
- ༡༢ རང་རིག་ཅེས་པ་གང་ལ་ངོས་འཛིན་དགོས།
- ༡༣ དངོས་མེད་དེ་གཞལ་བྱའི་ཡུལ་རུང་མིན་ངེ་ལྟར་ཡིན།

སྒྲིབ་ཆེན་བརྒྱད་པ།

གཟུང་ཡུལ་རྩལ་འཛིན་ལྷངས་མི་འདྲ་བའི་སྒྲིབ།

ས་བཅས་དང་པོ། གཟུང་ཡུལ་རང་མཆོན་ལ་ཚྱེད་པ་སྒྲུང་བ།

ཡང་ཁོ་ན་རེ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

སྤྱི་ཡི་གཟུང་ཡུལ་མཁས་པས་བཀག།

ཤེས་པའི་གཟུང་ཡུལ་འདིར་མི་སྤིད།།

དེས་ན་གཞལ་བྱ་གཅིག་ཉིད་ཀྱང་།།

མི་འཐད་ཅེས་ནི་འགའ་ཞིག་སྤྱ།

ཞེས་པའི་དོན། སྤྱི་རྩལ་དོན་གྱི་གཟུང་ཡུལ་ནི་མཁས་པ་དཔལ་ཕྱོགས་ཀྱི་
སྒྲུང་པོས་བཀག་ཟིན་ལ། ཤེས་པ་རང་རིག་གི་གཟུང་ཡུལ་ནི་ཁྱོད་གྱི་ལྷགས་འདི་
ལ་མི་སྤིད། དེས་ན་ཁྱོད་ཀྱིས་འདོད་པའི་གཞལ་བྱ་རང་མཆོན་གཅིག་ཁོ་ན་ཞེས་
པ་དེ་ཡང་མི་འཐད་ཅེན།

རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་ན། ཡུལ་རང་མཆོན་ཆོས་ཅན། གཞལ་བྱའི་ཡུལ་ཡིན་པ་
མི་འཐད་དེ། སྤྱི་ཡི་གཟུང་ཡུལ་ནི་དཔལ་ཕྱོགས་ཀྱི་སྒྲུང་པོས་བཀག་ཟིན་ལ། ཤེས་
པའི་གཟུང་ཡུལ་མདོ་སྤེལ་པའི་སྐབས་འདིར་མི་སྤིད་པའི་ཕྱིར། ཞེན། འདི་ལ་
ལན་གཉིས་ཏེ། ལན་དང་པོ། གྲུབ་མཐའི་རྣམ་གཞག་སྤྱིར་དབྱེད་དགོས་པར་
བསྟན་པ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

རོ་བོ་ཉིད་དང་དབང་ཕྱག་དང་། །

གཙོ་བོ་རྩལ་དང་རྣམ་རིག་དང་། །

རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་ཞེས་གྲུབ་པའི་མཐའ། །

ཐ་དད་རང་གཞན་སྤེལ་པ་འདོད། །

ཞེས་པའི་དོན་ནི། འདི་ལ་དང་པོ་སྤྱི་ནང་གི་གྲུབ་མཐའ་རིམ་པ་ཁག་སོ་སོའི་
འདོད་པ་མི་འདྲ་བ་རྣམས་ཤེས་པར་བྱ་ནས། ད་གཟོད་རང་མཆོན་གཟུང་ཡུལ་དུ་

རུང་མིན་བརྟག་དགོས་པ་ལས། ཐེག་པ་ཤོང་འོག་གི་ལྟ་བ་ཕན་ཚུན་བསྐྱེལ་
ནས་རང་མཆོན་གཞལ་བྱའི་ཡུལ་རུང་མིན་ལ་ཚོད་པ་ནི་དོན་མེད་པ་སྟེ། དཔེར་
ན། ལ་རིའི་སྤྱིམས་ལྷགས་དང་བསྐྱེན་ནས་ཀྱང་གོའི་ཡུལ་དུ་ཚོད་པ་བཞིན་ནོ།

དེས་ན་དང་པོ་ཟུ་སྟེགས་པ་དག་ལས། རོ་པོ་ཉིད་རྒྱ་སྟོབ་པ་རྣམས་ཀྱིས། ཐམས་
ཅད་རོ་པོ་ཉིད་ལས་བྱུང་བར་འདོད་པ་དང་། དབང་སྟུག་པས། ཐམས་ཅད་
བྱེད་པོ་དབང་སྟུག་ཡིན་པར་འདོད་པ་དང་། ཟུ་སྟེགས་གངས་ཅན་པས། འཇིག་
རྟེན་གྱི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་བྱེད་མཁན་གཙོ་བོ་ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད་པར་འདོད་པ་
དང་། ཟུ་སྟེགས་གཞེགས་ཟན་པས། དངོས་པོ་རྣམས་གྲུབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་རྩལ་ཤུན་
ཡོད་པ་འདོད་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། རྣང་པ་སངས་རྒྱས་པ་ལ་འང་ཐེག་པ་ཤོང་
འོག་སོ་སོའི་ལྟ་བ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པ་སྟེ། ཐེག་དམན་ཉན་ཐོས་བྱེ་མདོ་གཉིས་ཀྱིས།
དངོས་པོའི་རྒྱ་རྩལ་ཤུན་ཡོད་པར་འདོད་པ་དང་། ཐེག་ཆེན་སེམས་ཅམ་པས། ཟུ་
རོལ་གྱི་དངོས་པོ་འདི་དག །རང་གི་སེམས་ཀྱིས་རྣམ་པ་རིག་པ་ཅམ་འདོད་པ་
དང་། ཐེག་ཆེན་དབྱུ་མ་པས། དོན་དམ་དུ་རྟེན་འབྲེལ་སྒྲ་ཆོགས་པ་འདི་སྟོས་
བྲལ་དང་། ཀྱན་རྫོབ་དུ་དངོས་སྟོབ་པའི་རྗེས་སུ་འཇུག་པའམ། འཇིག་རྟེན་ན་གང་
གྲགས་པ་དེ་ལྟར་དུ་འཇོག་དེ་ལྟར་སྟེ་ནང་གཉིས་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་གང་གི་འདོད་པ་
ཡིན་ཡང་མདོར་ན། དོན་དང་ཤེས་པ་གཉིས་སུ་ཐག་བཅད་ཡོད་པ་རེད།

སློབ་དཔོན་ཚུགས་སྤང་གིས་སྟེ་བདུན་དུ་རི་ལྟར་གཏན་ལ་ཐབ་པའི་ཚུལ།
བྱེ་བྲག་སྟོབ་པའི་ལྷགས་དགག་པ། བྱེ་བྲག་སྟོབ་པ་ན་རེ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

ཚོད་པ་མིན་ཕྱིར་རྣམ་ཤེས་ནི། །

དབང་པོ་རྟེན་བཅས་ལྟ་བུ་ལོ། །

འདི་ལ་ཉན་ཐོས་བྱེ་བྲག་སྟོབ་པ་རྣམས་ན་རེ། བར་དུ་ཚོད་པའི་གཞུགས་མི་
མཐོང་པའི་ཕྱིར་ན་ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་འཇིག་བྱེད་དེ་རྣམ་ཤེས་མ་ཡིན། རྟེན་བཅས་
ཀྱི་དབང་པོ་དེ་བལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། ཞེས་ཟེར། རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་ན། གཞུགས་
ཆོས་ཅན། མིག་ཤེས་ཀྱིས་མཐོང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། བར་དུ་ཚོད་པའི་གཞུགས་མི་
མཐོང་བའི་ཕྱིར། དེས་ན། ཡུལ་ལ་བལྟ་བུ་དེ་རྟེན་བཅས་ཀྱི་དབང་པོ་གཞུགས་

ཅན་པ་དེ་ཡིན་ནོམོན། དེའི་ལན་དུ། 《རིགས་གཏིར་》ལས།

བེམས་པོ་ཡིན་ཕྱིར་ལྟ་བུ་མིན། །

དུས་མཉམ་པ་ལ་འབྲེལ་པ་མེད། །

དེའི་དོན་ནི། དབང་པོ་གཞུགས་ཅན་པ་ནི་བེམས་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན་ཡུལ་
ལྟ་བུ་དུ་མི་འཐད་དེ། དབང་པོ་དང་ཡུལ་གཉིས་རྣམས་ཐ་དད་པ་ཡིན་པས་དོ་
བོ་བདག་གཅིག་གི་འབྲེལ་པ་མེད་ཅིང་། ཡུལ་གཞུགས་དང་ལྟ་བུ་དབང་པོ་
གཉིས་དུས་མཉམ་ཡིན་ན། དེ་ལས་དེ་བྱུང་གི་འབྲེལ་པ་འདྲ་མཉམ་པས་མཐོང་བྱ་
དང་མཐོང་བུ་དུ་མི་འཐད་དོ།

རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་ན། མ་གྲུབ་ཏུ། རྟེན་བཅས་ཀྱི་མིག་དབང་ཆོས་ཅན།
དོན་ལ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བེམས་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡང་། གཞུགས་
དང་རྟེན་བཅས་ཀྱི་མིག་དབང་གཉིས་ཆོས་ཅན། དེ་གཉིས་འབྲེལ་པ་མེད་པར་
ཐལ། བདག་གཅིག་འབྲེལ་མེད་པ་གང་ཞིག དེ་བྱུང་འབྲེལ་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར།
རྟགས་དང་པོ་གྲུབ་ཏུ། དེ་གཉིས་རྣམས་ཐ་དད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་གཉིས་པའང་
གྲུབ་ཏུ། དེ་གཉིས་དུས་མཉམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ས་བཅད་གཉིས། གངས་ཅན་པའི་ལྷགས་དགག་པ།

གངས་ཅན་པའི་ལྷགས་དགག་པ། གངས་ཅན་པ་ཁ་ཅིག་ན་རེ། 《རིགས་
གཏིར་》ལས།

ཡུལ་དང་རྣམ་ཤེས་དུས་མཉམ་ནི། །

གཞུང་འཛིན་ཡིན་ཞེས་གངས་ཅན་པ། །

ཤེས་པས་ཡུལ་འཛིན་སྐྱངས་ལ། དབང་པོ་ལྟ་བུ་མིན་ཀྱང་དུས་མཉམ་པ་
མེད་ན་ཡུལ་དུ་མི་བྱང་བས། ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་ཤེས་པ་གཉིས་དུས་མཉམ་དུ་
ཡོད་པ་ནི་གཞུང་བ་དང་འཛིན་པ་ཡིན་ནོམོན། ལྷ་པ་སོགས་གངས་ཅན་འགའ་
ཞིག་གིས་འདོད་དོ།

རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་ན། གཞུང་བའི་ཡུལ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་དང་དུས་མཉམ་
པའི་ཤེས་པས་འཛིན་པར་ཡིན་ཏེ། དེ་ཤེས་པ་ད་ལྟ་བའི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

དེའི་ལན་ཏུ། «རིགས་གཏེར་»ལས།

རུས་མཉམ་ཕྱིར་ན་འབྲེལ་བ་མེད། །

རྒྱ་མེད་པ་ལ་རྣམ་ཤེས་འགལ། །

འདིར་སྒྱིལ་ལ་དང་ཤེས་པ་རུས་མཉམ་རུ་གནས་ཡོད་མེད་ཀྱི་སྐད་ཆ་མ་ཡིན་ལ། དམིགས་གསལ་རུ་ཡུལ་བྱེ་བྲག་པ་གང་ཞིག དེ་འཛིན་པའི་ཤེས་པ་སྒྱེ་བའི་གོ་རིམ་ལ། དང་པོ་ཡུལ་ཡོད་དགོས་པ་དང་། དེ་ནས་དེ་འཛིན་ཀྱི་དབང་པོ་ལ་འཆར་ཞིང་། དེ་རྗེས་དེ་འཛིན་ཀྱི་ཤེས་པ་སྒྱེ་དགོས་ཤིང་ཡོད་པ་རེད། དེས་ན་ཡུལ་དང་ཤེས་པ་གཉིས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཀླབ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། བྱེ་བྲག་རུ་དབེར་བཞིན་ན། མེ་ཏོག་འཛིན་པའི་ཤེས་པ་སྒྱེ་བ་ལ། དང་པོ་ཡུལ་མེ་ཏོག་ཡོད་དགོས་པ་དང་། དེ་ནས་མེ་ཏོག་དེ་དབང་པོ་ལ་འཆར་ནས་མེ་ཏོག་འཛིན་པའི་རྣམ་ཤེས་དེ་སྒྱེ་དགོས་པ་རེད། དེས་ན་དང་པོ་རྒྱ་མེ་ཏོག་ཡོད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བུ་མེ་ཏོག་འཛིན་པའི་ཤེས་པ་དེ་སྒྱེ་ཞིང་ཡོད་པ་རེད།

ཡུལ་དང་རྣམ་ཤེས་གཉིས་རུས་མཉམ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན་འབྲེལ་བ་མེད་པ་གོང་རུ་བཤད་པ་ལྟར་དང་། ཡུལ་རྒྱ་མེད་པ་ལ་ཡུལ་ཅན་དོན་རིག་གི་རྣམ་ཤེས་ཡོད་པའང་འགལ་ལོ།

རིགས་ལམ་རུ་བཀོད་ན། མི་འཐད་དེ། རུས་མཉམ་པའི་ཡུལ་དང་ཤེས་པ་ཆོས་ཅན། གཟུང་འཛིན་མིན་པར་ཐལ། འབྲེལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་གཉིས་རུས་མཉམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཡང་། ཡུལ་དང་རུས་མཉམ་པའི་རྣམ་ཤེས་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་གཟུང་ཡུལ་མེད་པར་ཐལ། རྣམ་པ་གཏོད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་ཡུལ་རྒྱ་མེད་པ་ལ་རྣམ་ཤེས་སྒྱེ་བ་འགལ་ལོ། ཡང་གངས་ཅན་པ་ན་རེ། «རིགས་གཏེར་»ལས།

སྐད་ཅིག་སྤྲུལ་པའི་ཡུལ་རྒྱ་ཡིན། །

རུས་མཉམ་གཟུང་ཡུལ་ཡིན་ཞེ་ན། །

འདིའི་དོན་ནི། ཡུལ་སྐད་ཅིག་སྤྲུལ་དེ་རྣམ་ཤེས་ཀྱིས་དམིགས་པའི་ཡུལ་ཡིན་ལ། སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་རུས་མཉམ་པའི་ཡུལ་དེ་གཟུང་ཡུལ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།

རིགས་ལམ་དུ་བཤོད་ན། ལྷ་མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གཟུང་འཛིན་གྱི་ཤེས་པ་
 ཚུལ་ཅན། ཡུལ་སྐད་ཅིག་སྤྲུལ་པ་ཤེས་པས་དམིགས་པའི་ལྷ་ཡིན་པ་གང་ཞིག རུས་
 མཉམ་པ་དེ་གཟུང་ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེའི་ལན་དུ། 《རིགས་གཉེར་》ལས།

ཡུལ་ལས་སྐྱེས་ཕྱིར་རྣམ་ཤེས་གྲུབ། །

དེ་ལ་རུས་མཉམ་དགོས་པ་མེད། །

ཞེས་པའི་དོན། འོ་ན། སྐད་ཅིག་སྤྲུལ་མའི་ཡུལ་དང་། དབང་པོ། ཡིད་ལ་བྱེད་
 པའི་རྒྱུ་གསུམ་ཚོགས་པ་ལས་སྐྱེས་པ་དེས་ནི་རྣམ་ཤེས་གྲུབ་ཟིན་པ་ཡིན། དེ་
 ལས་གཞན་པའི་ཤེས་པ་རང་དང་རུས་མཉམ་པའི་ཡུལ་གྱི་དགོས་པ་གང་ཡང་
 མེད་དོ།

རིགས་ལམ་དུ་བཤོད་ན། སྐད་ཅིག་སྤྲུལ་མའི་ཡུལ་དབང་ཡིད་བྱེད་གསུམ་གྱི་
 རྒྱུ་ཚོགས་པའི་རྗེས་སྐྱོད་དེ་མ་ཐག་པའི་རྣམ་ཤེས་དེ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་དོན་རིག་
 གི་རྣམ་ཤེས་ཡིན་པར་གྲུབ་སྟེ། སྐད་ཅིག་སྤྲུལ་མའི་ཡུལ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེས་པའི་
 ཕྱིར། ཡང་། སྐད་ཅིག་སྤྲུལ་མའི་ཡུལ་ལས་སྐྱེས་པའི་རྣམ་ཤེས་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་སྐྱེ་བ་
 ལ་རུས་མཉམ་པའི་ཡུལ་ཞིག་གོགས་སུ་དགོས་པ་མེད་དེ། ཁྱོད་སྐྱེས་ཟིན་པའི་ཕྱིར།

དེ་ལྟར་སྐྱེ་ནང་གྲུབ་མཐའ་སྤྲོ་བའི་ལྷགས་མི་འདྲ་བ་རྣམས་རགས་རིམ་ཙམ་
 བརྗོད་ཅིང་། དཔལ་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤྲང་པོས་ཀྱང་ཐེག་པ་སོ་སོའི་སྐབས་ལྟར་དགག་
 སྒྲུབ་མཛད་པ་ལས། འདི་ནི་མདོ་སྤེལ་པའི་ལྷགས་སུ་ཁས་ལེན་པ་ཡིན་ནོ།

ས་བཅད་གསུམ་ལ། ས་བཅ་རང་ལྷགས་བརྗོད་ལ།

ས་བཅ་རང་ལྷགས་བརྗོད་ལ། 《རིགས་གཉེར་》ལས།

ཡུལ་དང་དབང་པོ་ཡིད་ལ་བྱེད། །

དེ་ལས་སྐྱེས་པའི་རྣམ་ཤེས་ཡིན། །

དེའི་དོན་ནི། ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་ཁས་ལེན་པ་ལ། མདོ་སྤེལ་པའི་ལྷགས་ལྟར་
 དོན་དངོས་ཤེས་པ་ལས་སྐྱོག་དུ་གྱུར་པ་ཡིན་མོད། འདིར་དམིགས་རྒྱུ་ཡུལ་དང་།
 བདག་རྒྱུ་དབང་པོ། དེ་མ་ཐག་རྒྱུ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་གསུམ་ཚོགས་པའི་སྐད་ཅིག་
 དང་པོ་དེ་ཤེས་པ་དང་འདྲ་བའི་ཡུལ་སྐྱེད་བྱེད་ཡིན་ལ། སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་

ཤེས་པ་ཡུལ་གྱི་རྣམ་ལྟན་དུ་སྐྱེས་པ་དེ་ལ། ཤེས་པས་ཡུལ་མཐོང་བའི་ཐ་སྙད་
བཏགས་པ་ཡིན། དེ་གཉིས་རྒྱ་འབྲས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན་གཞུགས་འདོན་དུས་
མཉམ་པ་མིན་ནོ།

རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་ན། ཡུལ་དབང་ཡིད་བྱེད་གསུམ་པོ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་
དབང་ཤེས་སྒྲིབ་ཅིག་དང་པོ་སྐྱེད་བྱེད་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་སྒྲིབ་ཅིག་དང་
པོ་དེ་དབང་ཤེས་སྒྲིབ་ཅིག་དང་པོ་ལ་རྣམ་པར་གཏོད་བྱེད་ཡིན་པ་གང་ཞིག །
ཁྱོད་སྒྲིབ་ཅིག་གཉིས་པར་ཤེས་པ་ཡུལ་གྱི་རྣམ་ལྟན་དུ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་རོ།

བརྟག་པ་མཐར་བཟུང་གི་སྒྲོལ་ན། ཁོ་ན་རེ། ཁྱོད་ཀྱིས་མདོ་སྡེ་པའི་ལྷགས་སུ་
ཤེས་པ་ཡུལ་གྱི་རྣམ་ལྟན་དུ་སྐྱེ་བར་འདོད་ན། ཡུལ་དབང་ཡིད་བྱེད་གསུམ་པོ་
ཤེས་པའི་རྒྱ་ཡིན་པ་མཚུངས་པ་ལ། ཤེས་པ་དེ་ཡུལ་ཁོ་ན་དང་འདྲ་བ་སྐྱེ་ཞིང་།
དབང་པོ་སོགས་དང་འདྲ་བ་མི་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཞེ་ན།

རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་ན། ཤེས་པ་ཚོས་ཅན། ཡུལ་གྱི་རྣམ་ལྟན་དུ་མི་སྐྱེ་བར་
ཐལ། དབང་པོ་དང་འདྲ་བའི་ཤེས་པ་མི་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་སྐྱེ་དགོས་པར་ཐལ།
ཡུལ་དབང་ཡིད་བྱེད་གསུམ་པོ་ཤེས་པ་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ཡིན་པ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར། ཞེ་
ན། དེའི་ལན་དུ། «རིགས་གཏེར་»ལས།

ཟས་སོགས་སུ་ཡི་རྒྱ་ཡིན་ཡང་། །

པ་མའི་གཞུགས་བཞིན་ཡུལ་འདྲར་སྐྱེ། །

དེས་ནས་ཡུལ་ལ་འབྲས་སུ་གཉིས། །

སྒྲོ་ཡང་ཚུལ་གཉིས་ཡིན་པར་འདོད། །

དཔེར་ན། མའི་མངལ་དུ་སྤྱ་སྤྱ་བསྐྱེད་པའི་རྒྱ་ལ་ཟས་དང་དུས་དང་རྒྱུད་ལ་
སོགས་རྒྱ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་དག་ལས་པ་མ་གང་ཅུང་གི་གཞུགས་བྱེད་ལས།
རྒྱ་གཞན་རྣམས་དང་འདྲ་བ་མི་སྐྱེ་བ་བཞིན་དུ། འདྲིའང་ཤེས་པ་དེ་ཡུལ་ཁོ་
ན་དང་འདྲ་བ་སྐྱེ་བ་ཡིན་པ་ནི་ཚོས་ཉིད་ཡིན་ནོ།

རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་ན། མ་ཁྱབ་སྟེ། ཤེས་པ་ཚོས་ཅན། རང་རྒྱ་ཡུལ་གྱི་རྣམ་པ་
ཁོ་ན་དང་འདྲ་བ་ལས་གཞན་དུ་མི་སྐྱེ་བར་ཐལ། དེ་ཚོས་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

དཔེར་ན། ཟས་དང་རྩོད་ལ་སོགས་པ་བྱ་ཡི་རྒྱ་ཡིན་ཡང་བྱ་དེ་ལ་མའི་གཟུགས་
བྱང་ལས་གཞན་དང་འདྲ་བ་མི་སྐྱེ་བ་བཞིན་ནོ།།

རྒྱ་མཚན་དེའི་ཕྱིར་ན། དཔེར་ན། (1) དུལ་གཟུགས་ཀྱི་དངོས་པོ་མེ་རྟག་ལྟ་
བྱ་གཅིག་ལ་འབྲས་བྱ་གཉིས་ཡོད་དེ། དེས་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་བྱས་པའི་མེ་རྟག་དེའི་
སྐད་གཅིག་གཉིས་པར་རང་གི་རིགས་འདྲ་ཕྱི་མ་བསྐྱེད་པ་དང་། མིག་གི་དབང་
པོའི་གྲོགས་བྱས་ཏེ་ཤེས་པ་གཟུགས་དང་འདྲ་བ་སྐྱེ་བར་བྱེད་དོ། འདྲིར་བཤད་
ཚུལ་གཞན་ཞིག་བྱས་ན། མེ་རྟག་རང་གི་རྒྱན་ཕྱི་མ་སྐད་གཅིག་གཉིས་པའི་མེ་
རྟག་དེ་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པ་དང་། མེ་རྟག་རང་འཛིན་དབང་མདོན་ལ་རང་འདྲའི་
རྣམ་པ་གཏོད་པ་ལྟ་བུའི་འབྲས་བྱ་གཉིས་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་རེད།

རིགས་ལམ་རྩ་བཤོད་ན། གཟུང་བྱའི་དུལ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་རྩས་མཉམ་པའི་
རང་འབྲས་གཉིས་བསྐྱེད་ཅིང་ཡོད་དེ། རང་གི་རིགས་རྒྱན་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་
བསྐྱེད་པ་གང་ཞིག དེ་དང་རྩས་མཉམ་རྩ་ཁྱོད་འཛིན་གྱི་ཤེས་པའི་དུལ་ཡིན་པའི་
ཕྱིར། (2) དེ་བཞིན་རྩ་སྟོ་ལ་ཡང་། དཔེར་ན། མེ་རྟག་འཛིན་པའི་སྟོ་ལྟ་བུ་
ལའང་ཁ་ཕྱིར་བལྟས་ཤེས་པ་དེ་ལ་དུལ་མེ་རྟག་གི་རྣམ་པ་སྐྱེ་བའི་རྣམ་པ་ཡོད་པ་
དེ་ལ་དོན་རིག་ཟེར། རང་བལྟས་མེ་རྟག་འཛིན་པའི་སྟོ་དེ་ཤེས་པའི་ཤེས་པ་སྟེ།
རང་ཉིད་ཉམས་སུ་སྦྱང་བའི་གསལ་རིག་གི་ངོ་བོ་ཅན་དེ་ལ་རང་རིག་ཟེར། དེས་
ན་སྟོ་ལའང་ཚུལ་གཉིས་ཡོད་པར་འདོད་དོ།།

རིགས་ལམ་རྩ་བཤོད་ན། སྟོ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་རྩས་མཉམ་པའི་རྣམ་པ་གཉིས་
ཡོད་དེ། ཁ་ཕྱིར་བལྟས་དུལ་གྱི་རྣམ་པ་འཛིན་པ་གང་ཞིག །དེ་དང་རྩས་མཚུངས་
སུ་ཁ་ནང་བལྟས་སུ་སྟོ་དེ་ཉིད་གསལ་བའི་རང་རིག་པ་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

ས་བཅད་བཞི་ལ། རྣམ་རིག་པའི་ལྷགས་བསྐྱབ་ལ།

རྣམ་རིག་པའི་ལྷགས་བསྐྱབ་ལ། ཉན་ཚོས་བྱེ་མདོ་གཉིས་ཀྱིས་འདོད་པའི་ཕྱི་
རོལ་དུལ་འབྲུབ་བྱེད་གྱི་རྒྱ་རྩལ་སྤྲན་ཆ་མེད་ཡོད་པ་འདོད་པར་དགག་ལ།

《རིགས་གཏེར་》ལས།

གཅིག་དང་རྩ་མ་བྲལ་བའི་ཕྱིར། །

དོན་མེད་དེས་ན་རྣམ་པ་འདྲ་མེད། །

འདིའི་དོན་ནི། ཉན་ཐོས་བྱེ་མདོག་ཉིས་ཀྱིས་འདོད་པའི་ཕྱི་རོལ་ཡུལ་གྱི་རྒྱ་
རྩལ་སྤན་ཆ་མེད་ཡོད་པར་མི་འཐད་དེ། རྩལ་སྤན་ཆ་མེད་ཡིན་ན་རགས་པ་
ཚྲོམ་མི་རུས་ཏེ། དབུས་རྩལ་གཅིག་ལ་གཡས་གཡོན་སྤྱང་འོག་སྤྱགས་སྤྱགས་
རྣམས་ནས་རྩལ་རྩལ་ཁྱེད་མ་ཞིག་མ་འབྱར་ན། རགས་པའི་གོང་བྱ་འབྱུང་མི་སྲིད་པའི་
ཕྱིར། རྩལ་སྤན་མང་པོ་ཞིག་འབྱར་ན་དབུས་རྩལ་དེ་ཆ་བཅས་ཡིན་དགོས་ཏེ།
རྩལ་སྤན་རྩལ་ཁྱེད་མ་འབྱར་སའི་ཆ་མང་པོ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྩལ་གཅིག་འབྱར་ས་ལ་རྩལ་
མང་པོ་གོང་བའི་གོ་སྐབས་མེད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་རགས་པ་ཚྲོམ་གཞིའི་རྩལ་
སྤན་གཅིག་ཡང་མ་གྱུབ་ན། རྩལ་སྤན་རྩལ་ཁྱེད་མ་ཞིག་རི་ལྟར་སྲིད་དེ། རྩལ་འི་
བསྐྱངས་གཞི་གཅིག་ཉིད་མ་གྱུབ་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་ཤེས་པ་ལས་གུད་རྩལ་གྱི་
པའི་ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་མེད་དོ། རྒྱ་མཚན་དེས་ན་དབང་ཤེས་ལ་རྣམ་པ་གཏོད་བྱེད་
ཀྱི་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་མེད་ན། ཡུལ་གྱི་རྣམ་པ་འདྲ་མེད་དེ། མོ་གཤམ་བྱ་མའི་
གཟུགས་ཀྱི་རྣམ་པ་མེད་པ་བཞིན་ནོ། །

རིགས་ལམ་རྩལ་བཞོད་ན། རྩལ་སྤན་ཆ་མེད་ཆོས་ཅན། བྱོད་ཀྱིས་རགས་པ་
བཅུམས་མི་རུས་པར་ཐལ། བྱོད་ཆ་མེད་ཡིན་པ་གང་ཞིག །རགས་པའི་གོང་བྱ་
མི་འབྱུང་པའི་ཕྱིར། རྩལ་སྤན་གཞན་འབྱར་བའི་ཡུལ་མེད་པའི་ཕྱིར།

ཡང་ན། བྱེ་མདོག་ཉིས་ཀྱི་འདོད་པའི་རྩལ་སྤན་ཆ་མེད་ཀྱིས་གྱུབ་པའི་ཕྱི་རོལ་
ཡུལ་ཆོས་ཅན། བྱོད་དོན་ལ་གྱུབ་པ་མེད་དེ། བྱོད་འབྱུང་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཆ་མེད་ཀྱི་
རྩལ་མ་གྱུབ་པའི་ཕྱིར།

ཡང་། ཤེས་པ་ཡུལ་གྱི་རྣམ་ལྟར་ཆོས་ཅན། བྱོད་དོན་ལ་གྱུབ་པ་མེད་དེ།
བྱོད་ལ་རྣམ་པ་གཏོད་བྱེད་ཀྱི་ཡུལ་མ་གྱུབ་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་གིས། ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་དབང་རྩལ་སྒྲིབ་དཔོན་ཟླ་བ་གྲགས་པའི་བཞེད་པ་
ལྟར་ཀུན་རྫོབ་རྩལ་འཛིག་རྟེན་གྲགས་སྡེ་དང་བསྐྱུན་ནས། འཛིག་རྟེན་པ་ལ་གང་
གྲགས་པ་དེ་བཞིན་ཁས་ལེན་ཆོག་ཅེ་ན།

རིགས་ལམ་རྩལ་བཞོད་ན། ཕྱིར་དོན་ཆོས་ཅན། རྩལ་སྤན་དང་། སེམས་ཀྱི་

བདག་ཉིད་གང་ཏུ་སྐྱབ་ཀྱང་དོན་མེད་དེ། མ་བརྟག་མ་དབྱད་པའི་སྒོ་དང་མཐུན་
པ་དཔལ་ལྷན་སྒྲ་བའི་བཞིན་པ་ལྟར་འཇུག་ཆོག་པའི་ཕྱིར། ཞེ་ན། རྣམ་རིག་པས་
ལན་དུ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

ཀུན་རྫོབ་འཇིག་རྟེན་གྲགས་པ་ལ། །

བརྟེན་ན་ཆད་མའི་རྣམ་གཞག་འགལ། །

དེའི་དོན་ནི། དེ་ལྟར་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་དབང་ཏུ་འཇིག་རྟེན་གྲགས་སྟེ་དང་བཟུན་
ན། མ་བརྟག་མ་དབྱད་པའི་སྒོ་དོར་མདོན་སྒྲུམ་དང་། རྗེས་དཔག་སྐྱབ་པ་དང་།
སེལ་བ་སོགས་མི་འཇུག་པའི་ཕྱིར་ན། ཆད་མའི་གཞུང་ཏུ་བཟུན་པའི་ཆད་མ་
དང་ཆད་མིན་གྱི་དབྱེ་བ་སོགས་ཆད་མའི་གཞུང་གི་རྣམ་གཞག་ཐམས་ཅད་དང་
འགལ་ལོ། །

རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་ན། རྟགས་མ་གྲུབ་སྟེ། ཁྱོད་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་གང་དེ་ཆོས་
ཅན། ཆད་མའི་རྣམ་གཞག་ཐམས་ཅད་དང་འགལ་བར་ཐལ། འཇིག་རྟེན་
གྲགས་པ་དང་བཟུན་ནས་ཁས་ལེན་པའི་ཕྱིར།

རྣམ་རིག་པའི་རང་ལྷགས་ནི། ① གསལ་རིག་གི་ཆ་ནས་སྤང་བ་ཐམས་ཅད་
སེམས་སུ་སྐྱབ་པ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

གསལ་དང་ལྟན་ཞིག་དམིགས་པས་འགྲུབ། །

ལྟན་ཞིག་དམིགས་ལ་གཞན་མི་སྲིད། །

རྗེས་གཞན་ཡིན་ན་རྟགས་མི་སྲིད། །

སྒྲ་གཉིས་སྤང་བཞིན་སྟོང་འཇིན་ཡང་། །

གཞན་ལ་མཐའ་གཞན་བཀག་པས་ཁེགས། །

ཞེས་པའི་དོན་ནི། སྟེ་རོལ་གྱི་དོན་རྣམས་རང་གི་སེམས་ལས་རྗེས་ཐ་དད་
ཏུ་མ་གྲུབ་པའི་རྒྱ་མཚན་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། དང་པོར། ལྷལ་སྤང་ཅན་གྱི་ཆ་དེ་
གསལ་ཞིང་རིག་པ་ཡིན་པས་ན་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་སེམས་སུ་འགྲུབ་སྟེ། ཤེས་པའི་
མཚན་ཉིད་གསལ་ཞིང་རིག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གསལ་ཤིང་རིག་པ་མ་ཡིན་
པའི་ཤེས་བྱ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་ཤེས་པའི་མཚན་ཉིད་དང་། ཤེས་བྱའི་

མཚན་ཉིད་གཉིས་གཅིག་པར་སྤང་སྟེ། དེ་གཉིས་ཀ་གསལ་ཞིང་རིག་པ་ཡིན་པའི་
ཕྱིར་རོ།།

རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་ན། ཤེས་བྱའི་ཡུལ་ཆོས་ཅན། དེ་འཛིན་གྱི་ཤེས་པ་དང་
རོ་པོ་གཅིག་ཡིན་ཏེ། བྱི་དོན་དུ་གྲུབ་པ་མེད་ཅིང་སྤང་ཅམ་གྱི་ཆ་དེ་གསལ་ཞིང་
རིག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། དེ་ཤེས་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན། འོག་
སྟོག་ཤལ་གྱིས་དེ་དང་ལྡན་ཆོད་བ་ལང་སྐྱབ་པ་བཞིན་ཏེ། མཚན་ཉིད་དེ་ཡོད་
ན་མཚན་བྱ་དེ་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། ② ལྷན་ཞིག་དམིགས་ངེས་ཀྱི་རྟགས་
ཀྱིས་སྤང་བ་ཐམས་ཅད་སེམས་སུ་སྐྱབ་པ། ཆོས་གང་ཞིག་ལྷན་ཞིག་དམིགས་
པར་ངེས་པ་ཡིན་ན་རྩལ་གཞན་ཡིན་མི་སྲིད་པ་དང་། རྩལ་གཞན་ཡིན་ན་ལྷན་
ཞིག་དམིགས་ངེས་ཀྱི་རྟགས་འབྱུག་མི་སྲིད་དོ། དེས་ན་དཔེར་ཟླ་བ་གཉིས་སྤང་
བཞིན་དུ་སྟོན་པོ་དང་། སྟོ་འཛིན་གྱི་ཤེས་པ་གཉིས་ཀྱང་རྟགས་ངེས་རྩལ་གཞན་
མིན་པར་གྲུབ་པོ། གཞན་མི་མཐུན་སྟོགས་ལ་ཡོད་པ་མཐའ་གཞན་བཀག་པས་
ཞིགས་ཏེ། དངོས་པོ་ཐ་དད་དུས་མི་མཉམ་པ་ཡིན་ན་དུས་མི་མཉམ་པའི་གཏན་
ཆོགས་ཀྱིས་ལྷན་ཞིག་དམིགས་ངེས་ཞིགས། རྩལ་ཐ་དད་དུས་མཉམ་པ་ལ་
འབྲེལ་བ་མེད་པའི་རྟགས་ཀྱིས་ལྷན་ཞིག་དམིགས་ངེས་ཞིགས་སོ།།

རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་ན། སྟོན་པོ་དང་སྟོ་འཛིན་ཤེས་པ་གཉིས་ཆོས་ཅན།
རྩལ་གཞན་མ་ཡིན་ཏེ། ལྷན་ཞིག་དམིགས་ངེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། དང་རིག་གི་
སྟོང་བའི་ཕྱིར། དཔེར་ན། ཟླ་བ་གཉིས་སྤང་གི་སྟོ་བཞིན་ནོ། ཞེས་པ་འདི་ནི་ཚུལ་
གསུམ་ཆོད་བའི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་ཏེ། དང་པོ། ཆོད་གཞི་ཆོས་ཅན་གྱི་སྟོང་
དུ་རྟགས་གྲུབ་པ་སྟོགས་ཆོས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་གྲུབ་སྟེ། ཆོད་གཞི་སྟོན་པོ་དང་སྟོ་
འཛིན་ཤེས་པ་གཉིས་ཀྱི་སྟོང་དུ། རྟགས་ལྷན་ཞིག་དམིགས་ངེས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར།
གཉིས་པ། རྟགས་ཀྱི་རྩལ་སུ་བསྐྱབ་བྱ་འགྲོ་བར་རྩལ་འགྲོའི་མཚན་ཉིད་གྲུབ་སྟེ།
རྟགས་ལྷན་ཞིག་དམིགས་ངེས་ཡིན་ན། བསྐྱབ་བྱ་རྩལ་གཞན་མ་ཡིན་པས་བྱུང་
པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ། བསྐྱབ་བྱ་སྟོག་ན་རྟགས་སྟོག་པ་སྟོག་བྱུང་གྱི་མཚན་ཉིད་
གྲུབ་སྟེ། རྩལ་གཞན་ཡིན་ན་ལྷན་ཞིག་དམིགས་ངེས་མ་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར།

ས་བཅད་ལྔ་ལ། རྣམ་རིག་པའི་ཚྱོད་སྤང་།

རྣམ་རིག་པའི་ཚྱོད་སྤང་། དབུ་མ་པ་ཁ་ཅིག་ན་རེ། 《རིགས་གཏིར་》ལས།

སེམས་རྒྱུན་ཡན་ལག་ཅན་དང་མཚུངས། །

སྐད་ཅིག་རྩལ་གྱི་ཆ་ཤས་བཞིན། །

དེས་ན་སྐད་ཅིག་གསུམ་བདག་ཕྱིར། །

གཅིག་དང་རྩ་མ་བྲལ་ཞེས་བྱེད། །

ཞེས་པའི་དོན་ནི། འདིར་རྣམ་རིག་པ་སྤྱོད་རང་གིས་ཉན་ཐོས་བྱེ་མདོ་
གཉིས་ཀྱིས་འདོད་པའི་རྩལ་ཕྱན་ཆ་མེད་འཕྲོག་པའི་རིགས་པ་ལྟར། སྤྱོད་འདོད་
པའི་སེམས་ཀྱི་རྒྱུན་དེ་ཡང་བདེན་པར་མེད་དེ། ཡན་ལག་ཅན་དང་འདྲ་བ་རྩལ་
ཆ་ཐ་དད་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་སེམས་སྐད་ཅིག་མ་དག་ཀྱང་རྩལ་གྱི་ཆ་ཤས་
བཞིན་རུ། རྩལ་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་དེའང་། རྩལ་འདས་པ་ལ་སྤྱོགས་པའི་ཆ་གཅིག་
དང་། མ་འོངས་ལ་སྤྱོགས་པའི་ཆ་གཅིག་བཅས་ཆ་གཉིས་ཡོད་དགོས་པ་རེད།
དེས་ན་སེམས་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་དེའང་ཐོག་མ་དང་། དབུས་དང་། ཐ་མའི་སྐད་
ཅིག་མ་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན། དེ་ལྟར་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་
ཉིད་ཀྱང་མ་གྲུབ་ན། སྐད་ཅིག་རྩ་མ་འབྱུང་བའི་གཞི་མེད་པས། དེའང་གཅིག་རྩ་
བྲལ་གྱི་རིགས་པས་གཞི་མེད་རུ་འགྱུར་རོ། ཞེས་བྱེད་ན།

རིགས་ལམ་རྩ་བཤོད་ན། གཟུང་ཡུལ་ཚོས་ཅན། སེམས་ཀྱི་རྣམ་ལྡན་རྩའང་མ་
གྲུབ་པར་ཐལ། གཅིག་རྩ་བྲལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། སེམས་སྐད་ཅིག་མ་དེའང་གསུམ་
གྱི་བདག་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན། རྩལ་ཕྱན་ཆ་མེད་མ་གྲུབ་པ་བཞིན་ནོ། །
དེའི་ལན་རུ། ① རྩལ་ཕྱན་དང་མཚུངས་པའི་ཚྱོད་སྤང་། 《རིགས་གཏིར་》ལས།

སྐད་ཅིག་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཕྱིར། །

སྐད་ཅིག་གཅིག་པ་མི་སྤྱིད་འགྱུར། །

སྐད་ཅིག་གཅིག་པ་མི་སྤྱིད་ན། །

གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཡིན་པ་ཉམས། །

ཞེས་པའི་དོན་ནི། ཐོད་རྣམས་རྩལ་དང་སྐད་ཅིག་གཉིས་འཕྲོག་པའི་རིག་

པ་མཚུངས་པས་སྐད་ཅིག་ཆ་ཤས་ཅན་ཡིན་ནོ། ཞེས་ཟེར་བ་ལ། རྣམ་རིག་པ་
བདག་ནི་སྐད་ཅིག་ཆ་ཤས་ཅན་ཡིན་པར་ནམ་ཡང་མི་འདོད་དེ། སྐད་ཅིག་ཆ་
ཤས་ཅན་འདོད་ན། འདས་མ་འོངས་ད་ལྟའི་ཆ་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་
པས་ན། སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་ཉིད་མི་སྲིད་པར་འགྱུར་རོ། དེ་ལྟར་གསུམ་གྱི་ཚཱ་
གཞིར་གྱུར་པའི་གཅིག་ཉིད་མ་གྱུབ་ན། གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཡིན་པར་རང་
ཤུགས་ཀྱིས་ཉམས་སོ། །

རིགས་ལམ་དུ་བཞོད་ན། སྐད་ཅིག་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྱུབ།
སྐད་ཅིག་མ་ཆོས་ཅན། གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་མེད་པར་ཐལ། སྐད་ཅིག་མ་
གཅིག་ཉིད་ཀྱང་མ་གྱུབ་པ་ཁྱོད་རང་འདོད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་སྐད་ཅིག་གཅིག་
འགོག་པ་ལའང་དགོས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར།

འོ་ན་ཁྱོད་རང་གིས་རྩལ་ཤུན་ཆ་མེད་འགོག་པའི་སྐབས་སུ། གཅིག་དུ་བྲལ་
གྱི་རིགས་པས་རྩལ་ཤུན་གཅིག་ཡིན་ན་དུག་ཡིན་པར་འགལ། དུག་ཡིན་ན་གཅིག་
ཡིན་པར་འགལ་བ་འདོད་པ་ལྟར། འདིར་སྐད་ཅིག་མ་ཡང་གཅིག་ཡིན་ན་
གསུམ་ཡིན་པར་འགལ། གསུམ་ཡིན་ན་གཅིག་ཡིན་པར་འགལ་བར་མཚུངས་སོ།
ཞེ་ན། གལ་སྲིད་དུས་གསུམ་ཅིག་ཅར་སྐྱེ་བར་འདོད་ན་དེ་བདེན་ཡང་། ཁོ་པོ་ཅག་
ནི་དུས་གསུམ་ཅིག་ཅར་དུ་སྐྱེ་བ་ནམ་ཡང་མི་འདོད་པས་སྒྲོན་དེ་མེད་དོ། །

གཞན་ཡང་། སྐད་ཅིག་དང་རྩལ་ཤུན་མི་མཚུངས་པའི་རྒྱ་མཚན། 《རིགས་
གཉིར་》ལས།

རགས་པ་ཅིག་ཅར་བསྐྱོར་བས་ན། །

དབུས་ཀྱི་རྩལ་ཤུན་ཆ་བཅས་འགྱུར། །

དུས་གསུམ་ཅིག་ཅར་མི་སྐྱེ་བས། །

ད་ལྟའི་སྐད་ཅིག་ཆ་མེད་ཡིན། །

ཞེས་པའི་དོན་ནི། སྐད་ཅིག་དང་རྩལ་ཤུན་ཡང་མི་མཚུངས་ཏེ། རྩལ་ཤུན་
ཀྱིས་རགས་པ་ཚཱ་པའི་ཚོ། དུས་ཅིག་ཅར་དུ་མ་བསྐྱོར་ན་རགས་པ་མི་གྱུབ་ལ།
བསྐྱོར་ན་དབུས་ཀྱི་རྩལ་ཤུན་དེ་ཉིད་ཆ་བཅས་སུ་འགྱུར་རོ། སྐད་ཅིག་མ་ནི་དེ་

དང་མི་མཚུངས་ཏེ། རུས་གསུམ་ཅིག་ཅར་རུ་སྐྱེ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རུས་ད་ལྟ་
བའི་སྐབས་སུ། འདས་པ་ནི་འགག་ཟིན། མ་འོངས་པ་ནི་མ་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར་ན་རུས་
དེ་གཉིས་ནི་དངོས་པོ་མེད་པ་ཡིན། དེས་ན་ད་ལྟའི་སྐད་ཅིག་རང་གི་དངོས་ན་
སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་ཉིད་ལས་དངོས་པོའི་ཆོས་གཞན་མི་སྲིད་པས་ན་སྐད་ཅིག་ཆ་
མེད་ཅེས་གསུངས་པའི་དགོངས་པ་དེ་ཡིན། འོ་ན་སློབ་དཔོན་འཕགས་པས་སྤྱོད་
འཇུག་རུ་སྐད་ཅིག་གསུམ་སྤྱི་ལ་ནས་བཤེགས་པ་མིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་ནི་ཉན་ཐོས་
པ་རྣམས་ཀྱིས་འདོད་པའི། རུས་གསུམ་རྣམས་ཡོད་རུ་འདོད་པ་འགོག་པ་ལས།
སྐད་ཅིག་ཆ་མེད་ཅེས་དགག་པ་མིན་ཏེ། ད་ལྟའི་སྐད་ཅིག་དོན་བྱེད་རུས་པའི་
དངོས་པོ་ཅེས་གྲུབ་པ་དེ་ཆ་མེད་རུ་བཞག་ཆོག་པ་ཡིན་ནོ། །

རིགས་ལམ་རུ་བཀོད་ན། དཔེ་ཡང་མ་གྲུབ་སྟེ། རུལ་ཕྱན་ཆོས་ཅན། རུས་
ཅིག་ཅར་རུ་བསྐྱོར་ནས་འབྱར་དགོས་པར་ཐལ། རགས་པ་བརྩམ་དགོས་པའི་
ཕྱིར། །སྐད་ཅིག་མ་ཆོས་ཅན། རུས་གསུམ་ཅིག་ཅར་རུ་སྐྱེ་སྲིད་པར་ཐལ། རུས་ད་
ལྟ་བའི་སྐབས་སུ་འདས་པའི་རུས་ནི་འདས་ཟིན་པ་གང་ཞིག །མ་འོངས་པའི་རུས་
དེ་སྐྱེ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་རུས་ད་ལྟ་བའི་སྐབས་སུ་འདས་མ་འོངས་གཉིས་
དངོས་པོ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཡང་། རྣམ་རིག་པའི་སྒྲ་ཆོལ་ན་རེ། ཤེས་པ་རྣམ་བཅས་དང་རྣམ་མེད་
གང་ཡིན་རུང་དོན་ལ་ཡུལ་མེད་ན་ཆད་མ་དང་། ཆད་མིན་གྱི་རྣམ་གཞག་ཐམས་
ཅད་འགལ་ལོ་ཞེ་ན།

རིགས་ལམ་རུ་བཀོད་ན། སློ་ཆོས་ཅན། བྱོད་ལ་ཆད་མ་དང་ཆད་མིན་གྱི་
རྣམ་གཞག་མི་རུང་བར་ཐལ། བྱོད་གྱི་གཟུང་ཡུལ་རང་མཆན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར།
ཞེ་ན། རྣམ་རིག་པས་ལན་རུ། ② རྣམ་པ་ཡོད་མེད་ལ་བརྟགས་ན་མི་འཐད་པ་
སྤང་བ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

དོན་རུ་སྤང་བ་སློ་ཉིད་ཡིན། །

སྤང་བ་དེ་ཉིད་ཕྱི་ན་མེད། །

བག་ཆགས་བརྟན་དང་མི་བརྟན་ལ། །

བདེན་དང་རྩལ་པའི་རྣམ་གཞག་བྱེད། །

ཞེས་པའི་དོན་ནི། རྩི་རོལ་དོན་རྒྱ་གང་སྤང་བ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་སྒྲོལ་མ་ཤེས་
པ་ཉིད་ཡིན་པ་ལས། དེའང་སྤང་བ་དེ་ཉིད་རྩི་རོལ་ཡུལ་གྱི་སྤྱིང་ན་བདེན་པས་
ཀྱུ་བ་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པ་གང་སྤང་བ་དེ་དག་མཚུངས་པ་ཡིན་ནོ། འོ་ན་ཡུལ་
སྤང་བ་ལ་བདེན་རྩལ་གྱི་དབྱེ་བ་ཇི་ལྟར་འབྱེད་ཅེ་ན། དེ་ནི་བག་ཆགས་བརྟན་
དང་མི་བརྟན་གྱི་ཁྱད་པར་ཡིན་ཏེ། བག་ཆགས་བརྟན་པ་ཟླ་བ་གཅིག་དང་།
རྒྱང་དཀར་པོར་འཛིན་པའི་སྒྲོ་དེ་ཚད་མ་ཡིན་པ་དང་། བག་ཆགས་མི་བརྟན་པ་
ཟླ་བ་གཅིག་ལ་གཉིས་སུ་འཛིན་པ་དང་། རྒྱང་དཀར་པོ་ལ་སེར་པོར་འཛིན་
པའི་ཤེས་པ་དེ་དག་ཚད་མ་མ་ཡིན་པ་འབྲུལ་ཤེས་ཡིན་ཞིང་། དེ་ནི་སྒྲོ་བདེན་
རྩལ་གྱི་རྣམ་གཞག་བྱེད་པའི་གཞི་ཡིན་ནོ། །

རིགས་ལམ་རྒྱ་བཀོད་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། སྒྲོ་ཚས་ཅན། སྒྲོད་ལ་ཚད་མ་དང་
ཚད་མིན་གྱི་རྣམ་གཞག་ཡོད་དེ། དེ་བག་ཆགས་བརྟན་དང་མི་བརྟན་ལ་རག་
ལས་ཡོད་པའི་སྒྲོར། དེ་ཡིན་ཏེ། བག་ཆགས་བརྟན་པ་རྒྱང་དཀར་པོར་འཛིན་པའི་
སྒྲོ་དེ་ཚད་མའི་སྒྲོ་ཡིན་པ་གང་ཞིག བག་ཆགས་མི་བརྟན་པ་རྒྱང་སེར་པོར་སྤང་
བའི་སྒྲོ་དེ་ཚད་མིན་གྱི་སྒྲོའམ་འབྲུལ་པའི་སྒྲོ་ཡིན་པར་འཛོག་པའི་སྒྲོར།

མྱེ་བརྒྱན་རང་ལྷགས། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

རི་སྒྲིད་རྩི་རོལ་ཁས་ལེན་ཡོད། །

དེ་སྒྲིད་རྩུ་ལ་གཟུང་ཡུལ་ཟེར། །

ཤེས་བྱ་ནང་གིར་ཞུགས་པ་ན། །

ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་ཀྱུ་བ་པ་མེད། །

བསྐྱུ་བའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །

ཞེས་པའི་དོན་ནི། རིགས་གཏེར་རང་ལྷགས་ནི། རི་སྒྲིད་རྩི་རོལ་ཁས་
ལེན་པ་བྱེ་མདོ་གཉིས་ཀྱི་ཀྱུ་བ་མཐའ་ལ་གནས་པ་དེ་སྒྲིད་རྩུ་ཡུལ་ཤེས་རྣམས་གཅིག་
པ་མི་འཐད་དེ། དེའི་ཆོ་ཤེས་པ་ལ་རྣམ་པ་གཏོད་པའི་རྒྱུའི་དངོས་པོ་དེ་ཉིད་ལ་
གཟུང་ཡུལ་ཞེས་ཟེར་རོ། རྣམ་ཞིག་ཤེས་བྱ་ནང་སེམས་སུ་སྒྲུབ་པའི་སེམས་ཅན་པའི་

གྲུབ་མཐའ་ལ་ཁྱུགས་པ་ན། དེའི་ཆེ་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་དང་། ཡུལ་དེས་རྣམ་པ་
གཏོད་ནས་བསྐྱེད་པའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་སེམས་གཉིས་རྣམས་ཐ་དད་ཏུ་གྲུབ་པ་མེད་
པར་འདོད་དོ།

གཟུང་ཡུལ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་ཡུལ་ཤེས་རྣམས་ཐ་དད་ཏུ་ཡོད་མེད་འདོད་སྟོལ་
གཉིས་ཡོད་དེ། བྱེ་མདོ་གཉིས་ཀྱིས་ཡུལ་རྣམས་གྲུབ་ཏུ་འདོད་པ་གང་ཞིག་སེམས་
ཅམ་པས་ཡུལ་སེམས་ཐ་དད་ཏུ་མ་གྲུབ་པ་ཡུལ་སྤངས་སེམས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཡིན་པར་
འདོད་པའི་ཕྱིར།

བསྐྱར་སྒྱུར་གི་ཁ་བྱང་།

- ༡ ཚོད་པ་མིན་ཕྱིར་རྣམ་ཤེས་མིན། དབང་པོ་རྟེན་བཅས་ལྟ་བུར་ལོ། གྲུབ་མཐའ་གང་གི་འདོད་པ་ཡིན།
- ༢ ཤེས་པས་ཡུལ་འཛིན་པའི་ཚེ་ཡུལ་དང་ཤེས་པ་གཉིས་འབྲེལ་བ་ཇི་ལྟར་གྲུབ་དགོས།
- ༣ ཏུས་མཉམ་བ་ལ་འབྲེལ་བ་མེད། ཅེས་པ་དེ་རོ་པོ་བདག་གཅིག་གིདང་། དེ་ལས་དེ་བྱུང་གང་།
- ༤ ས་ལུགས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་གྲུབ་ཚུལ་གྱི་ལྟ་བ་གང་ཡིན།
- ༥ རྣམ་རིག་པ་ཞེས་པ་ནང་པའི་གྲུབ་མཐའ་བཞི་ལས་གང་ཡིན།
- ༦ གཟུང་བ་རྩལ་སྤྲན་ཆ་མེད་ཅེས་པ་གང་ལ་རོལ་འཛིན་དགོས།
- ༧ བྱེ་མདོ་གཉིས་ཀྱིས་འདོད་པའི་ཕྱི་རོལ་ཡུལ་གྱི་རྒྱ་རྩལ་སྤྲན་ཆ་མེད་ཇི་ལྟར་དགག་ཡོད།
- ༨ རྩལ་སྤྲན་ཆ་མེད་མ་གྲུབ་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་།
- ༩ གཅིག་དུ་བྲལ་གྱི་རིག་པ་ཞེས་པ་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་ཟེར།
- ༡༠ རྣམ་རིག་པས་ཡུལ་དོན་སེམས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཡིན་པ་སྐྱབ་བྱེད་རྒྱ་མཚན་གང་བཞོད་འདུག
- ༡༡ ཡུལ་རྩལ་སྤྲན་ཆ་མེད་དང་། ཤེས་པ་སྐྱད་ཅིག་ཆ་མེད་གཉིས་མི་འདྲ་བའི་བྱུང་ཅི།
- ༡༢ ཡུལ་རྩལ་སྤྲན་ཆ་མེད་ལ་སྒྱུན་ཡོད་པ་དང་། ཤེས་པ་སྐྱད་ཅིག་ཆ་མེད་ལ་སྒྱུན་མེད་པ་ཅི་ཕྱིར།
- ༡༣ ཡུལ་ཤེས་རྣམས་ཐ་དད་དུ་ཡོད་མེད་འདོད་སྟོབ་གཉིས་ཇི་ལྟར་བཞེད།

སྒྲིབ་ཆེན་དབྱེ་བ།
ཤེས་བྱེད་ཀྱི་སྒྲིབ་ཤད་བ།

སྒྲིབ་དང་། ཤེས་པ། རིག་པ། གསལ་བ་རྣམས་དོན་གཅིག་ རིག་པ་སྒྲིབ་མཚན་
ཉིད། གསལ་བ་ཤེས་པའི་མཚན་ཉིད།

ས་བཅད་དང་པོ། སེམས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་བཤད་བ།

སེམས་དང་སེམས་བྱུང་སྒྲོར་ལ་《ཤེས་བྱེད་རྣམ་གྲངས་སྒྲོགས་ལ་རིག་སྒྲོ་》ལས་
གསལ་བ་ལྟར་བཀོད་པར། སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གཉིས་སུ་དབྱེ་བའི་སེམས་ཀྱི་
མཚན་ཉིད་ནི། རང་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་དོན་ཀྱི་ངོ་བོ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་མཐོང་བའི་
ཆ་ནས་བཞག་པའི་རིག་པ་དེ་སེམས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་ནི། མིག་གི་
རྣམ་ཤེས་དང་། ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་ལྟ་བུ། སེམས་དང་། ཡིད་དང་། རྣམ་པར་
ཤེས་པ། གཙོ་སེམས་རྣམས་དོན་གཅིག་ དེ་ལ་དབྱེ་ན། མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་
པ་དང་། རྣ་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ། སྒྲིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ། རྩའི་རྣམ་པར་ཤེས་
པ། ལུས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ། ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་དུག་ཡོད། དེའི་
དང་པོ་ལྟ་ནི་དབང་ཤེས་ཡིན་ལ། དེ་དང་སྒྲོ་ལྟའི་ཤེས་པ་དོན་གཅིག་ཡིན།
རང་གི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་ཆེན། མིག་དབང་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་
རང་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲིམ་ཆེད་ཀྱི་ངོ་བོ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་མཐོང་བའི་
རིག་པ་དེ། མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་ནི། གཟུགས་ཀྱི་
རང་མཚན་མཐོང་བའི་མིག་ཤེས་རྟོག་མེད་ལྟ་བུ། རང་གི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་
བདག་ཆེན། རྣ་དབང་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་རང་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་སྒྲིའི་ངོ་བོ་
རང་སྟོབས་ཀྱིས་ཐོས་པའི་རིག་པ་དེ། རྣ་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་མཚན་ཉིད།
མཚན་གཞི་ནི། སྒྲ་རང་མཚན་པ་ཐོས་པའི་རྣ་ཤེས་རྟོག་མེད་ལྟ་བུ། རང་གི་ཐུན་
མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་ཆེན། སྒྲ་དབང་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་རང་ཡུལ་དུ་གྱུར་

པའི་དྲིའི་ངོ་བོ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་སྦྱང་བའི་རིག་པ་དེ། ལྷའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་
མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་ནི། དྲི་རང་མཚན་པ་ཚར་བའི་སྒྲིབ་ཤེས་རྟོག་མེད་ལྟ་བུ།
རང་གི་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་སྤྱོད་དབང་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་བའི་རང་
ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་ངོ་བོ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་སྦྱང་བའི་རིག་པ་དེ། ལྷའི་རྣམ་པར་
ཤེས་པའི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་ནི། རོ་རང་མཚན་སྦྱང་བའི་སྤྱོད་ཤེས་རྟོག་
མེད་ལྟ་བུ། རང་གི་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་སྤྱོད་ལུས་དབང་ལ་བརྟེན་ནས་
བྱང་བའི་རང་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་རིག་བྱའི་ངོ་བོ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་སྦྱང་བའི་རིག་པ་
དེ། ལུས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་ནི། རིག་བྱ་རང་
མཚན་སྦྱང་བའི་ལུས་ཤེས་རྟོག་མེད་ལྟ་བུ། རང་གི་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་
སྤྱོད་ཡིད་དབང་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་བའི་རང་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་དོན་གྱི་ངོ་བོ་རང་
སྟོབས་ཀྱིས་འཛིན་པའི་རིག་པ་དེ། ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་མཚན་ཉིད།
མཚན་གཞི་ནི། དོན་གྱི་རང་མཚན་མཐོང་བའི་ཡིད་ཤེས་རྟོག་མེད་ལྟ་བུ།

ས་བཙད་གཉིས་པ། སེམས་བྱང་གི་མཚན་ཉིད་བཤད་པ།

སེམས་བྱང་གི་མཚན་ཉིད་ནི། རང་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་དོན་གྱི་བྱང་པར་རང་
སྟོབས་ཀྱིས་མཐོང་བའི་ཆ་ནས་བཞག་པའི་རིག་པ་དེ། སེམས་བྱང་གི་མཚན་ཉིད།
མཚན་གཞི་ནི། ཚར་བ་དང་། ཤེས་པ་ལྟ་བུ། དེ་ལ་དབྱེ་ན། ང་གཅིག་ཡོད་དེ།

【ཀྱན་འགྲོ་ལྟ་ནི།】

༡ ཚར་བའི་མཚན་ཉིད། རང་ཡུལ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་ཉམས་སུ་སྦྱང་བའི་རྣམ་པ་
ཅན་གྱི་སེམས་བྱང་དེ་ཡིན། མཚན་གཞི་ནི། ཚར་བ་ལ་བདེ་བ་དང་། ལྷག་
བསྟུན། བཏང་སྟོམས་གསུམ་ཡོད།

༢ འདུ་ཤེས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། རང་ཡུལ་གྱི་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མཚན་མ་རང་
སྟོབས་ཀྱིས་འབྱེད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱང་དེ་ཡིན། མཚན་གཞི་ནི། ཡུལ་
གང་དེའི་མཚན་མ་གང་དེ་མ་འདྲེས་པ་སྒོ་ངོར་འཛིན་པ། དཔེར་ན། འདི་ནི་
དཔེ་ཆ། འདི་ནི་སྒོ་ག་ལྟ་བུ། འདི་ནི་སྒོར་མོ་ཞེས་དངོས་པོ་དེ་དག་མཐོང་བའི་ཆོ་
དངོས་པོ་གཞན་དང་མ་འདྲེས་པ་གང་དང་གང་ཡིན་པ་ངོས་འཛིན་པ་ལྟ་བུ།

༣ སེམས་པའི་མཚན་ཉིད། རང་ཡུལ་ལ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་གཡོ་ཁིང་ཡུལ་དེ་ཡིད་ལ་འཇགས་པར་བྱེད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན། མཚན་གཞི་ནི། མཐོང་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་གང་ཞིག རང་སྟོབས་ཀྱིས་ཡིད་ལ་འཕྲོ་བར་བྱེད་ཅིང་ཡིད་ལ་རྒྱན་འཇགས་པར་བྱེད་པའི་ལས་ཅན་ཏེ། དཔེར་ན། དེ་རིང་ཤེས་ཟིན་པའི་མིང་དང་། ཆོག་དང་། དངོས་པོ་དེ་དག་སང་ཉིན་ཡང་ཡིད་ལ་འཇགས་སྟབས་པ་ལྟ་བུ།

༤ རིག་པའི་མཚན་ཉིད། ཡུལ་དབང་སེམས་གསུམ་འདུས་ནས་ཡུལ་ལ་འཕྲད་ཅིང་རང་ཡུལ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་དཔྱེད་པར་བྱེད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན། མཚན་གཞི་ནི། ཡུལ་གཟུགས་དང་། མིག་གི་དབང་པོ། དེ་འཛིན་པའི་ཤེས་པ་གསུམ་འདུ་འཕྲད་ཀྱི་ཆ་དེ་ལ་ཟེར། དེ་གསུམ་འདུ་འཕྲད་ཀྱི་ཆ་དེ་ལས་སེམས་བྱུང་ཆོར་བ་ལ་སོགས་པ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེས་ན་སེམས་བྱུང་སྐབས་ཀྱི་རིག་པ་དང་། སྤྱག་རིག་གི་རིག་པ་གཉིས་དོན་གཅིག་མ་ཡིན་པ་ཤེས་དགོས།

༥ ཡིད་བྱེད་ཀྱི་མཚན་ཉིད། རང་ཡུལ་ལ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་འཇུག་ཅིང་གཏོད་པར་བྱེད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན། མཚན་གཞི་ནི། ཡིད་བྱེད་རང་གི་ཡུལ་གང་ཡིན་པ། དེ་ལ་འཇུག་ཅིང་མཐུད་ནས་བརྟན་པའམ་རྒྱན་མཐུད་ནས་ལས་བྱེད་པ། འདི་ལྟ་ནི་སེམས་ཀྱན་གྱི་འཁོར་དུ་འཕྲོ་བས་ན་ཀྱན་འཕྲོ་ལྟ་ཟེར།

【ཡུལ་ངེས་ལྟ་ནི།】

༡ འདུན་པའི་མཚན་ཉིད། བྱེད་ལས་རང་འབྲས་བཙོན་འགྲུས་ཀྱི་རྟེན་བྱེད་ཅིང་། རང་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་བསམ་པའི་དངོས་པོ་ལ་དམིགས་ནས། རང་སྟོབས་ཀྱིས་དོན་དུ་གཉེར་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན། མཚན་གཞི་ནི། ཡོན་ཏན་ལ་འདུན་པའི་འདུན་པ་ལྟ་བུ། འདུན་པ་དང་བཙོན་འགྲུས་གཉིས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཡིན་ཏེ། འདུན་པ་རྒྱ་དང་བཙོན་འགྲུས་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༢ མོས་པའི་མཚན་ཉིད། བྱེད་ལས་རང་གི་བཟུང་ཡུལ་ལས་སེམས་མི་འཕྲོག་པར་བྱེད་ཅིང་། ངེས་ཟིན་པའི་རང་ཡུལ་ལ་དམིགས་ནས་རང་སྟོབས་ཀྱིས་དེ་ཁོ་

ན་ཡིན་པར། མཐའ་གཅིག་ཏུ་འཛིན་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན།
མཚན་གཞི་ནི། བདེན་པའི་དོན་ལ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་ཐེ་ཚོམ་མེད་པར་འཛིན་
པའི་སྒྲོ་ལྟ་བུ།

༡ དྲན་པའི་མཚན་ཉིད། བྱེད་ལས་སེམས་མི་གཡེང་བར་བྱེད་ཅིང་རང་ཡུལ་
འདྲིས་པའི་དངོས་པོ་ལ་དམིགས་ནས། རང་སྟོབས་ཀྱིས་མི་བརྟེན་པའི་རྣམ་པ་
ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན། མཚན་གཞི་ནི། སྤར་ནས་ཤེས་རྟོགས་ཟིན་པའི་དོན་
གང་ཞིག་ད་ལྟ་དྲན་པ་ལྟ་བུ། ད་ལྟ་དྲན་པའི་དོན་ཐམས་ཅད་སྤར་ནས་འདྲིས་ཆ་
སོང་བ་ཡིན་པར་ཤེས་དགོས།

༢ ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་མཚན་ཉིད། བྱེད་ལས་རང་འབྲས་ཤེས་རབ་བརྟེན་ཅིང་།
རང་ཡུལ་བདག་ས་པའི་དངོས་པོ་ལ་དམིགས་ནས་རང་སྟོབས་ཀྱིས་ཆེ་གཅིག་པའི་
རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན། མཚན་གཞི་ནི། བརྟེན་རྒྱུ་གས་སོགས་སྒྲོ་ཆེ་
གཅིག་ཏུ་བསྟོམ་པ་ལྟ་བུ།

༣ ཤེས་རབ་ཀྱི་མཚན་ཉིད། བྱེད་ལས་ཐེ་ཚོམ་ལས་སྟོག་པར་བྱེད་ཅིང་། རང་
ཡུལ་བརྟག་པར་བྱ་བའི་དངོས་པོ་ལ་དམིགས་ནས། རང་སྟོབས་ཀྱིས་སྒྲུང་དོར་
འབྱེད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན། མཚན་གཞི་ནི། གནས་ལུགས་
རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ལྟ་བུ།

【ཅ་ཉོན་རྒྱལ་ནི།】

༡ འདོད་ཆགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། ཡིད་ཏུ་འོང་བའི་དངོས་པོ་ལ་དམིགས་ནས།
ཡུལ་དེ་ལ་རྗེས་སུ་ཆགས་ཤིང་། འབྲལ་དཀའ་བའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་
འདོད་ཆགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད།

༢ ཁོང་ཁྱོད་མཚན་ཉིད། རྒྱལ་བསྐྱེད་ཀྱི་གནས་ཀྱི་ཆོས་ལ་དམིགས་ནས་ཀྱུན་
ནས་མནར་སེམས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཁོང་ཁྱོད་མཚན་ཉིད།

༣ ང་རྒྱལ་གྱི་མཚན་ཉིད། བྱི་ནང་གི་ཆོས་གང་རུང་ལ་དམིགས་ནས་སེམས་
ཁེངས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ང་རྒྱལ་གྱི་མཚན་ཉིད།

༤ མ་རིག་པའི་མཚན་ཉིད། ཆོས་གང་རུང་ལ་དམིགས་ནས་མ་རྟོག་པའི་རྣམ་པ་

ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན།

༥ ཅ་ཉོན་རྩ་གྲུ་པ་འུ་བའི་མཆོན་ཉིད། ཆོས་གང་རྩང་ལ་དམིགས་ནས་ལོག་པར་རྟོག་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན།

༦ རེ་ཆོམ་གྱི་མཆོན་ཉིད། བདེན་དོན་ཞིག་ལ་དམིགས་ནས་ཡིད་གཉིས་བྱ་བའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན། འདི་རྩལ་ནི་སེམས་ཉོན་པོར་བྱེད་པའི་ཅ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་ན་ཅ་ཉོན་རྩལ་ཅེས་སོ། །

【ཉོན་ཉོན་ཉི་ཤུ་ནི་】

༡ ཁྱོ་བའི་མཆོན་ཉིད། ཡུལ་ཉེ་བར་གནས་པ་ལ་དམིགས་ནས་རྣམ་པ་རྟོག་པ་སོགས་བྱ་བར་འདོད་པའི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན། ཁྱོ་བ་དང་ཁོང་ཁྱོ་མི་འདྲ་སྟེ། ཁོང་ཁྱོ་དང་ཞེ་སྤང་ནི་ཁྱོ་བའི་ཡུལ་ཉེ་བར་མི་གནས་ཀྱང་། སེམས་ལ་ཤར་བ་ཅམ་གྱིས་མི་བཟོད་པར་ཁོང་ནས་འབྱུགས་པའི་མེ་འབར་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་ལ། ཁྱོ་བ་ནི། ཁྱོ་བའི་གཞི་ཉེ་བར་གནས་པ་ན་རྟོག་པ་སོགས་བྱེད་པར་འདོད་པ། མེ་ལ་མར་བྱ་བྱུག་པ་ན་མེ་སྤུང་འབར་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །

༢ ཁོན་འཛིན་གྱི་མཆོན་ཉིད། ཁྱོ་བའི་གཞི་ལ་དམིགས་ནས་ཁོང་ཁྱོ་ལྷན་མི་གཏོང་ཞིང་། གཞོད་པ་དང་གཞོད་ལན་བྱ་བར་འདོད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན།

༣ འཆབ་པའི་མཆོན་ཉིད། རང་གཞན་གྱི་སྒྲིན་དང་མི་དགེ་བ་ལ་དམིགས་ནས་གསང་ཞིང་སྤེད་པར་འདོད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན།

༤ འཆོག་པའི་མཆོན་ཉིད། ཁྱོ་བའི་གཞི་ལ་དམིགས་ཤིང་རྣམ་པ་ཀུན་ནས་མནར་སེམས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན།

༥ སྤག་དོག་གི་མཆོན་ཉིད། གཞན་གྱི་ཕུན་ཆོགས་ལ་དམིགས་ནས་མི་བཟོད་ཅིང་སེམས་ཁོང་ནས་འབྱུགས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན།

༦ སེར་སྤྱི་མཆོན་ཉིད། ཡོ་བྱེད་སོགས་ལ་དམིགས་ནས་དམ་རྩ་འཛིན་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན།

༧ སྦྱུ་མཆོན་ཉིད། རྟེན་བཀུར་ལ་ཆགས་པའི་དབང་གིས་ཡོན་ཏན་གྱི་བྱེད་

པར་ཅི་རིགས་ལ་དམིགས་ནས་རང་ལ་མེད་ཀྱང་ཡོད་པ་ལྟར་སྟོན་པའི་རྣམ་པ་
ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན།

༩ གཡོའི་མཚན་ཉིད། རང་གི་ཉེས་པ་གཞན་ལ་མི་མངོན་པར་སྤྲོ་བའི་ཐབས་
འཆོལ་བའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན། འཆབ་པ་དང་འདི་གཉིས་མི་
འདྲ་སྟེ། འཆབ་པ་ནི་སྤྲོ་བའི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་ལ། གཡོ་ནི་ཐབས་འཆོལ་བའི་
རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་ནོ།

༡ རྒྱགས་པའི་མཚན་ཉིད། སུན་སུམ་ཚྲིགས་པའི་བྱུང་པར་གང་རུང་ལ་དམིགས་
ནས་ཡིད་དགའ་ཞིང་བདེ་བས་སེམས་ཁེངས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་
ཡིན། ང་རྒྱལ་དང་འདི་གཉིས་མི་འདྲ་སྟེ། འདི་ནི་སེམས་དགའ་བདེ་ཅེས་གྱིས་
ཁེངས་པ་ཞིག་ཡིན་ནོ།

༡༠ རྣམ་པར་འཆོ་བའི་མཚན་ཉིད། སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་ནས་སྟོང་བཅེ་བ་
མེད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན། དེའི་གཉེན་པོ་ནི་སྟོང་རྩེ་ཡིན་ཏེ།
དེ་ནི་མི་འཆོ་བ་ཡིན་པས་སོ།

༡༡ རོ་ཚ་མེད་པའི་མཚན་ཉིད། ཉེས་སྦྱོད་ལ་དམིགས་ནས། རང་ཉིད་རྒྱ་མཚན་
རུ་བྱེད་པའམ་ལེགས་སྦྱོད་རྒྱ་མཚན་རུ་བྱས་ཀྱང་འཛེམ་པ་མེད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་
གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན།

༡༢ ཁྲིལ་མེད་པའི་མཚན་ཉིད། ཉེས་སྦྱོད་ལ་དམིགས་ནས་གཞན་དོན་རྒྱ་མཚན་
རུ་བྱས་ཏེ་འཛེམ་པ་མེད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན།

༡༣ རྒྱགས་པའི་མཚན་ཉིད། དམིགས་པ་གང་ལ་རྣམ་པ་རྩི་ལྟར་བབྱུང་ཡང་
ལུས་སེམས་ལྷི་ཞིང་ལས་སུ་མི་རུང་བར་ཉོག་ཉོག་པོའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་
དེ་རྒྱགས་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན།

༡༤ རྒྱུད་པའི་མཚན་ཉིད། འདོད་ཡོན་སོགས་སྤྱད་པའི་མཚན་མ་ལ་དམིགས་
ནས་སེམས་མ་ཞི་བར་བྱི་ལ་འཕྲོ་བའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན། འཕྲོ་
བ་རྒྱུད་པ་གཉིས་མི་འདྲ་སྟེ། འཕྲོ་བ་ནི་སེམས་འཕྲོ་བ་ཅེས་ཡིན་ལ། རྒྱུད་པ་ནི་
འདོད་ཆགས་གྱི་ཆར་གཏོགས་སོ། །

༡༥ མ་དང་པའི་མཚན་ཉིད། མཐུན་པའི་རྒྱ་ལས་འབྲས་བྱ་འབྲུང་བ་དང་
དངོས་པོ་དང་གང་ཟག་གི་ཡོན་ཏན་སོགས་ལ་དམིགས་ནས་ཡིད་མི་ཆེས་པར་མི་
འདོད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན།

༡༦ ལེ་ལོའི་མཚན་ཉིད། དུལ་དགེ་ཞིང་ལེགས་པའི་དངོས་པོ་དང་བྱ་བ་གང་
ལ་དམིགས་ཀྱང་སེམས་མི་སྟོང་བའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན།

༡༧ བག་མེད་པའི་མཚན་ཉིད། སེམས་དགེ་ཞིང་ལེགས་པའི་དམིགས་པ་ལ་
འཇུག་པའི་ཆོ་མི་མཐུན་ཚུགས་ལས་སེམས་མི་བསྐྱུང་ཞིང་མི་འབད་པའི་རྣམ་པ་
ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན།

༡༨ བརྟེན་ངེས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། ཉོན་མོངས་ཀྱི་གཞི་གང་རུང་ལ་དམིགས་ནས་
སེམས་མི་གསལ་བར་གྱུར་ཏེ། བརྟེན་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན།

༡༩ ཤེས་མ་བཞིན་མ་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད། སྟོང་གསུམ་གྱི་སྟོང་པ་ལ་དམིགས་
ནས་མི་ཤེས་བཞིན་དུ་འཇུག་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན།

༢༠ རྣམ་གཡེང་གི་མཚན་ཉིད། སེམས་དམིགས་པ་གང་ལ་དམིགས་ཀྱང་རྣམ་
པར་འཕྲོ་ཞིང་གཡེང་བའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན། རྟོན་པ་དང་རྣམ་
གཡེང་མི་འདྲ་སྟེ། རྟོན་པ་ནི་ཡུལ་ཡིད་དུ་འོང་བ་ལ་འཕྲོ་ཞིང་འདོད་ཆགས་ཀྱི་
ཆར་གཏོགས་ཡིན་ལ། རྣམ་གཡེང་ནི་ཡུལ་སྒྲ་ཆོགས་ལ་འཕྲོ་ཞིང་འདོད་ཆགས་
ཁོ་ནས་ཆར་གཏོགས་ཡིན་པའི་ངེས་པ་མེད་དོ།

【དགེ་བའི་སེམས་བྱུང་བརྒྱ་གཅིག་ནི།】

༡ དང་པའི་མཚན་ཉིད། དང་པའི་ཡུལ་གསུམ་གང་རུང་ལ་དམིགས་ནས་ཡིད་
ཆེས་པ་དང་འདོད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན།

༢ རོ་ཆ་ཤེས་པའི་མཚན་ཉིད། རང་ཉིད་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་
ལ་འཛེམ་པའི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན།

༣ བྱིལ་ཡོད་ཀྱི་མཚན་ཉིད། གཞན་དང་ལེགས་སྟོང་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་ཁ་
ན་མ་ཐོ་བ་ལ་འཛེམ་པའི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན།

༤ འདོད་ཆགས་མེད་པའི་མཚན་ཉིད། སྲིད་པའི་ཡོ་བྱད་ལ་དམིགས་ནས་མ་

ཆགས་ཤིང་མི་ལེན་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན།

༥ ཞེ་སྤང་མེད་པའི་མཆོན་ཉིད། རང་ཡུལ་ལ་དམིགས་ནས་ཀྱན་ནས་མནར་
མེད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན།

༦ གཏི་མུག་མེད་པའི་མཆོན་ཉིད། མ་རིག་པའི་གཉེན་པོ་བྱེད་ཅིང་སོ་སོར་རྟོག་
པའི་ཤེས་རབ་བརྟན་པ་དང་བཅས་པའི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན།

༧ བཙོན་འགྲུས་གྱི་མཆོན་ཉིད། དགེ་ཞིང་ལེགས་པའི་སྤྱོད་པ་ལ་སེམས་སྒྲོ་བར་
བྱེད་པའི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན།

༨ ཤིན་སྤངས་གྱི་མཆོན་ཉིད། སེམས་དགེ་ཞིང་ལེགས་པའི་དམིགས་པ་ལ་ཅི་
འདོད་དུ་གཏོད་པར་བྱེད་ཅིང་། ལུས་སེམས་གྱི་གནས་ངན་ལེན་རྒྱུ་གཙོད་པར་
བྱེད་པའི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན།

༩ བག་ཡོད་གྱི་མཆོན་ཉིད། དགེ་ཞིང་ལེགས་པ་སྦྱབ་པར་བྱེད་ཅིང་བྱ་བ་ངན་
པ་ལས་སེམས་སྤང་བར་བྱེད་པའི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན།

༡༠ སྐབས་འདིའི་བཏང་སྒྲུམས་གྱི་མཆོན་ཉིད། སེམས་བྱིངས་ཚོད་གྱིས་མི་
མཉམ་པ་མེད་པར་བྱེད་པའི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན།

༡༡ རྣམ་པར་མི་འཆོལ་བའི་མཆོན་ཉིད། སྤྱག་བསྐུལ་ཅན་ལ་དམིགས་ནས་མི་
བཙོད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན།

【གཞན་འགྱུར་བཞི་ནི་】

༡ གཉིད་གྱི་མཆོན་ཉིད། སེམས་གྱི་འཇུག་པ་རང་མེད་པར་ནང་དུ་སྤྱད་པར་
བྱེད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན།

༢ འགྲོད་པའི་མཆོན་ཉིད། བྱ་བ་ལ་དམིགས་ནས་མི་འདོད་བཞིན་དུ་ཡིད་ལ་
གཅགས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན།

༣ རྟོག་པའི་མཆོན་ཉིད། ཤེས་རབ་གྱི་ཡུལ་ལ་དམིགས་ནས་རག་པའམ་ཅིང་
པའི་རྣམ་པས་འཇུག་པར་བྱེད་པའི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན།

༤ དཔྱོད་པའི་མཆོན་ཉིད། ཤེས་རབ་གྱི་ཡུལ་ལ་དམིགས་ནས་ཞིབ་དུ་བྱས་
ནས་དཔྱོད་པའི་རྣམ་པས་འཇུག་པའི་སེམས་བྱུང་དེ་ཡིན།

སེམས་དང་དེའི་འཁོར་རུ་བྱུང་བའི་སེམས་བྱུང་གཉིས་རོ་བོ་གཅིག་ཡིན་ཏེ།
 ཕན་ཚུན་གཅིག་གི་རང་བཞིན་ལས་གྲུབ་པ་སྟེ། གློ་གཅིག་གི་བྱུང་པར་མི་འདྲ་
 བའི་ལྷོག་པ་རུ་མ་ལ་བཞག་པ་ཡིན་གྱི། དེ་གཉིས་རོ་བོ་ལྷགས་སུ་གྲུབ་པ་རེ་རེ་
 མེད་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན། གློག་ཁྲུང་འཛིན་པའི་གློ་དེ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་གློག་
 ཁྲུང་གི་རོ་བོ་མཐོང་བའི་ཆ་དེ་གཙོ་སེམས་ཡིན་པ་དང་། ཡང་གློག་ཁྲུང་འཛིན་
 པའི་གློ་དེས་གློག་ཁྲུང་གི་བྱུང་ཚུལ་གང་ཞིག་མྱོང་བའི་ཆ་དེ་སེམས་བྱུང་རུ་བཞག་
 པ་རེད། རྩལ་རིགས་ཀྱི་སྟོན་ནས་བཤད་ན། སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གཉིས་རྩལ་
 རིགས་གཅིག་ཡིན་ཏེ། དེ་གཉིས་མཆོན་གཞི་དང་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ལྟ་
 བུའམ། བྱུང་གཞི་དང་བྱུང་ཚུལ་གྱི་འབྲེལ་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན།

སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གཉིས་ཐ་དད་པ་ཡིན་ཏེ། དོན་གྱི་རོ་བོ་རང་སྟོབས་
 ཀྱིས་མཐོང་བའི་ཆ་དེ་སེམས་དང་། དོན་གྱི་བྱུང་པར་རང་སྟོབས་ཀྱིས་མྱོང་བའི་
 ཆ་དེ་སེམས་བྱུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་དེ་གཉིས་རོ་བོ་གཅིག་ལ་རྣམ་པ་ཐ་
 དད་པ་ཞིག་ཡིན་ཟེར་ན་འགྲིག་པར་སེམས། སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གཉིས་
 ཕན་ཚུན་འགལ་བ་ཡིན་ཏེ། གློ་གཅིག་པོ་དེས་རུས་གཅིག་ལ་དོན་གྱི་རོ་བོ་རང་
 སྟོབས་ཀྱིས་མཐོང་བའི་ཆ་དང་། རང་སྟོབས་ཀྱིས་ཡུལ་མྱོང་བ་ཡིན་པའི་ཆ་
 གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་ཞིག་མེད་པའི་ཕྱིར།

ས་བཅད་གསུམ་ལ། གློ་རིགས་བརྒྱུ་བྱ་དབྱེ་རྒྱུ།

ཚད་མ་སྒྲ་རབས་པ་རྣམས་ཀྱིས་གློ་རིགས་ལ་དབྱེ་བ་བརྒྱུ་བྱས་ནས་བཤད་པ།
 ༡ མངོན་སུམ་བཤད་པ། མངོན་སུམ་གྱི་མཆོན་ཉིད། རྟོག་བྲལ་མ་འབྲུལ་བའི་
 རིག་པ་མངོན་སུམ་གྱི་མཆོན་ཉིད། མཆོན་གཞི་ནི། གཟུགས་འཛིན་མངོན་སུམ་
 དང་། གླ་འཛིན་མངོན་སུམ་ལྟ་བུ། དེ་ལ་དབྱེ་ན། གཟུགས་འཛིན་དབང་མངོན།
 གླ་འཛིན་དབང་མངོན། རྒྱུ་འཛིན་དབང་མངོན། རོ་འཛིན་དབང་མངོན། རིག་བྱ་
 འཛིན་དབང་མངོན་དང་ལྟ་ཡོད།

༢ རྩལ་དཔག་བཤད་པ། རྩལ་དཔག་གི་མཆོན་ཉིད། རང་གི་རྟོན་རྟགས་ཡང་
 དག་བཞུགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེས་ཤིང་རང་གི་གཞལ་བྱ་སྟོག་གྱུར་ལ་གསར་རུ་མི་

བསྐྱུ་བའི་ཞེན་རིག་དེ་རྗེས་དཔག་གི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་ནི། ཏུ་བའི་རྟགས་
ཀྱི་ཏུ་ལྟན་ལ་ལ་མེ་ཡོད་པར་རྟགས་པའི་རྗེས་དཔག་ལྟ་བུ། དེ་ལ་དབྱེ་ན། དངོས་
སྒྲོ་བས་རྗེས་དཔག་དང་། གྲགས་པའི་རྗེས་དཔག་ ཡིད་ཆེས་རྗེས་དཔག་དང་
གསུམ་ཡོད།

༡ བཅད་ཤེས་བཤད་པ། བཅད་ཤེས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། རྟགས་ཟིན་རྟག་པའི་
རིག་པ་བཅད་ཤེས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་ནི། བུམ་འཛིན་མངོན་སུམ་
སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་དང་། སྒྲ་མི་རྟག་པར་གོ་བའི་རྗེས་དཔག་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་
ལྟ་བུ། དེའི་སྒྲ་དོན་ནི། ཚད་མ་སྒྲ་མས་སྒྲོ་འདྲགས་བཅད་ཟིན་པའི་དོན་དེ་ཉིད་
སྒྲར་ཡང་རང་གིས་འཛིན་པའམ་ཤེས་པས་ན་བཅད་ཤེས་ཟེར། འདི་ལ་བཞེད་
སྒྲོ་ལ་གཉིས་ཡོད་ཅིང་། དང་པོར་དོན་དངོས་གང་ཞིག ཐོག་མར་མངོན་རྗེས་
གང་ཏུ་རང་གི་སྒྲོ་ནས་གསར་ཏུ་རྟགས་པའི་མི་བསྐྱུ་བའི་སྒྲོ་དེ་ཚད་མའི་སྒྲོ་དང་། དེ་
ནས་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་ནས་དེ་འཛིན་ཀྱི་སྒྲོ་དེ་བཅད་ཤེས་ཡིན་ཞིང་། རྗེས་སུ་
སྒྲར་ཡང་དོན་དངོས་དེ་མཐོང་ནས། དེ་ཡིན་པར་འཛིན་པའི་སྒྲོ་དེ་ནམ་ཡང་
བཅད་ཤེས་ཡིན་པར་འདོད། འདོད་ཚུལ་གཉིས་པ་ལ། ཐོག་མར་ཚད་མས་
གསར་རྟགས་ཀྱི་དོན་དངོས་དེ་ཚད་མའི་སྒྲོ་དང་། སྒྲོ་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་ནས་
བཅད་ཤེས་ཡིན་ཞིང་། རྗེས་སུ་དོན་དེ་སྒྲར་ཡང་མཐོང་སྐབས་སྐད་ཅིག་དང་པོ་
རྟག་མེད་ཤེས་པ་ཚད་མ་ཡིན་ལ་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་ནས་བཅད་ཤེས་ཡིན་ཟེར།
དཔེར་ན། སྒྲོག་ལྷན་མཐོང་མ་མྱོང་བའི་གང་ཞིག་གིས་དེ་རིང་སྒྲོག་ལྷན་གསར་
ཏུ་ཤེས་པའི་སྒྲོ་དེ་ཚད་མའི་སྒྲོ་ཡིན་ལ། དེ་ཤེས་རྗེས་ཀྱི་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་ནས་
དེ་འཛིན་ཀྱི་ཤེས་པ་དེའི་རྒྱན་དེ་བཅད་ཤེས་ཡིན། སང་ཉིན་སྒྲར་ཡང་སྒྲོག་ལྷན་
དེ་མཐོང་སྐབས། དེར་སྒྲོག་ལྷན་ཡིན་པར་འཛིན་པའི་སྒྲོ་དེ་སྒྲར་རྟགས་ཟིན་པ་
ཡིན་པས་བཅད་ཤེས་ཡིན། དོན་དངོས་མངོན་སུམ་རྟགས་པའི་ཚད་མའི་སྒྲོ་
ཐངས་གཅིག་ལས་མེད་པར་བཞེད།

འདོད་ཚུལ་གཉིས་པ་ནི། དེ་རིང་གསར་རྟགས་ཀྱི་སྒྲོག་ལྷན་དེ་ཚད་མའི་སྒྲོ་
ཡིན་པ་སོགས་གོང་དང་འདྲ་ལ། སང་ཉིན་སྒྲར་ཡང་སྒྲོག་ལྷན་དེ་མཐོང་སྐབས་

སྐད་ཅིག་དང་པོའི་ཚད་མ་དང་། དེ་རྗེས་སྐད་ཅིག་གཉིས་པའི་རྒྱུ་དེ་བཅད་
 ཤེས་ཡིན་ཞིང་། འདིར་དོན་དངོས་དེ་སྒོ་དོར་འཆར་ཐངས་རེ་ལ་ཚད་མའི་སྒོ་
 ཐངས་རེ་སྒྲིམ་བར་འདོད་པའི་བྱད་པར་ཡོད་འདུག །

༤ ཡིད་དཔྱད་བཤད་པ། ཡིད་དཔྱད་ཀྱི་མཚན་ཉིད། མྱོང་སྟོབས་དང་རང་གི་
 རྟེན་གཏན་ཚིགས་གང་རུང་ལ་བརྟེན་ནས་དངོས་སུ་སྒྲོ་འདོགས་གཅོད་པའི་ངེས་
 པ་དང་བྲལ་ཞིང་རང་ཡུལ་བདེན་པ་ལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་གསར་དུ་ཞེན་པའི་ཞེན་
 རིག་དེ་ཡིད་དཔྱད་ཀྱི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་ནི། རྒྱ་མཚན་གྱིས་ངེས་པ་མིན་
 པར་སྒྲ་མི་རྟག་པར་འཛིན་པའི་རྟོག་པ་ལྟ་བུ། མཚན་ཉིད་ཀྱི་བྱར་དུ་མྱོང་སྟོབས་
 ཀྱི་ངེས་པ་དང་བྲལ་ཞེས་པས། མདོན་སྒྲུམ་དང་ཡིད་དཔྱད་ཀྱི་གཞི་མཐུན་ཡོད་
 པ་གཅོད། གཏན་ཚིགས་ཀྱི་ངེས་པ་བྲལ་ཞེས་པས། རྗེས་དཔག་དང་ཡིད་དཔྱད་
 གཞི་མཐུན་ཡོད་པར་གཅོད། རང་ཡུལ་བདེན་པ་ཞེས་པས་ལོག་ཤེས་དང་ཡིད་
 དཔྱད་གཞི་མཐུན་ཡོད་པར་གཅོད། མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཞེས་པས། ཐེ་ཚོམ་དང་
 ཡིད་དཔྱད་གཞི་མཐུན་ཡོད་པ་གཅོད། གསར་དུ་མི་བསྐྱུ་བ་ཞེས་པས་བཅད་ཤེས་
 དང་ཡིད་དཔྱད་གཞི་མཐུན་ཡོད་པ་གཅོད་ཅེས་བེད། དེ་ལ་དབྱེ་ན། རྒྱ་མཚན་
 མེད་པའི་ཡིད་དཔྱད། ལྷན་མཐོང་མྱོང་བའི་ཁྲོན་པ་རྟིང་པ་ན་ད་ལྟ་འང་རྒྱ་ཡོད་
 སྟུམ་པ་ལྟ་བུ། རྒྱ་མཚན་སྦྱོར་ཅི་ལོག་གི་ཡིད་དཔྱད། མ་ངེས་པ་དང་། མ་ཀྱུབ་པའི་
 རྟོགས་ལ་བརྟེན་ནས་བསྐྱབ་བྱ་བདེན་པར་འཛིན་པ་ལྟ་བུ། དཔེར་ན། ཏུ་བ་དང་
 སྒྲུག་པ་གང་ཡིན་མ་ངེས་པ་དེ་ཡོད་པ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ཏེ། མེ་ཡོད་པར་སྒྲུབ་པ་
 ལྟ་བུ་མ་ངེས་པའི་ཡིད་དཔྱད་དང་། རྒྱ་མཚན་མ་ངེས་པའི་ཡིད་དཔྱད། ཚུལ་
 གསུམ་སོགས་རིགས་ལམ་དང་། རྒྱ་མཚན་སོགས་ཀྱི་གནད་མི་ཤེས་ཀྱང་དེའི་རྗེས་
 སུ་འབྲངས་ནས་ཡིད་ཆེས་པ་ལྟ་བུ། དཔེར་ན། མོངས་དད་ལྟ་བུ་ལོ།

༥ ལྷན་ལ་མ་ངེས་པ་བཤད་པ། ལྷན་ལ་མ་ངེས་པའི་མཚན་ཉིད་ནི། རང་གི་
 འཇུག་ཡུལ་རང་མཚན་གསལ་བར་ལྷན་བ་ཡང་ཡིན། རང་གི་འཇུག་ཡུལ་ལ་མ་
 ངེས་པ་ཡང་ཡིན་པའི་རིག་པ་དེ་ལྷན་ལ་མ་ངེས་པའི་སྒོའི་མཚན་ཉིད། མཚན་
 གཞི་ནི། མིག་གིས་གཟུགས་ཡིད་དུ་འོང་བ་ལ་ལྷག་པར་ཆགས་པའི་གནས་སྐབས་

གྱི་སྒྲོ་འཛིན་དབང་མངོན་ལྟ་བུ། དེ་ལ་དབྱེ་ན། མིག་ཤེས་སུ་གྱུར་པའི་སྒྲུང་ལ་
མ་ངེས་པ་དང་། ལྷས་ཤེས་སུ་གྱུར་པའི་སྒྲུང་ལ་མ་ངེས་པ་གཉིས་སོ། །

༥ ཐེ་ཚོམ་བཤད་པ། ཐེ་ཚོམ་གྱི་མཚན་ཉིད། རང་ཡུལ་ལ་རང་སྒྲོ་བས་གྱིས་ཚེ་
གཉིས་སུ་འཇུག་པའི་ཚ་ཉོན་དེ་ཐེ་ཚོམ་གྱི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་ནི། སྒྲ་རྟག་
གམ་མི་རྟག་སྒྲུམ་པའི་ཐེ་ཚོམ་ལྟ་བུ། དེ་ལ་དབྱེ་ན། འོན་འགྱུར་གྱི་ཐེ་ཚོམ། འོན་
མི་འགྱུར་གྱི་ཐེ་ཚོམ། ཆ་མཉམ་པའི་ཐེ་ཚོམ་དང་གསུམ་སོ། །

༦ ལྷག་ཤེས་བཤད་པ། ལྷག་ཤེས་གྱི་མཚན་ཉིད། རང་གི་འཛིན་སྒྲུངས་གྱི་ཡུལ་
ལ་འབྱུང་བའི་རིག་པ་དེ་ལྷག་ཤེས་གྱི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་ནི། འཁོར་བ་
རྟག་འཛིན་གྱི་སྒྲོ་དང་། བཟང་པོ་ལ་ངན་པ་འཛིན་པ་དང་། ངན་པ་ལ་བཟང་
པོར་འཛིན་པའི་ཞེན་རིག་ལྟ་བུ། དེ་ལ་དབྱེ་ན། རྟོག་པ་ལྷག་ཤེས་དང་། རྟོག་
མེད་ལྷག་ཤེས་གཉིས་སོ། །

ཚད་མ་སྒྲ་རབས་པས་གོང་གསལ་གྱི་སྒྲོ་རིག་བརྒྱན་དབྱེ་བ་འདི་དག་ལ། ས་
པའ་གྱིས་རིགས་གཉེར་དུ། མདོར་བསྟུས་ན། ཚད་མའི་ཤེས་པ་མངོན་སུམ་དང་
རྗེས་དཔག་གཉིས་པོ་དེ། འོན་དུ་ཡུལ་ཅན་རང་རིག་ཚད་མ་ཁོ་ནར་འདུས་ཞིང་།
ཚད་མིན་གྱི་སྒྲོ་རིག་ལྟ་པོ་དེ་ཡང་མ་རྟོགས་པ་དང་། ལྷག་རྟོག །ཐེ་ཚོམ་སྒྲེ་
ཚད་མ་མིན་པའི་སྒྲོ་རིག་གསུམ་དུ་བསྟུས་ཤིང་། དེ་དག་ཀྱང་མདོར་བསྟུས་ན་མ་
རྟོགས་པ་ལས་འོན་གཞན་མིན་པར་གསུངས་ཤིང་། བཅད་ཤེས་དང་། ཡིད་
དཔྱེད། སྒྲུང་ལ་མ་ངེས་པའི་སྒྲོ་གསུམ་པོ་ཡོད་པ་མཐའ་གཅིག་བཀག་གནང་
ཡོད་པ་རེད།

བསྐྱར་སྒྲིབ་གི་ཁ་བྱང་།

- ༡ གཙོ་སེམས་དང་འཁོར་སེམས་གཉིས་ཀྱི་ཅ་བའི་བྱང་པར་གང་།
- ༢ གཙོ་སེམས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་བྲིས།
- ༣ སེམས་བྱང་ཀྱན་འགྲོ་ཞེས་པའི་དོན་གང་ཡིན།
- ༤ སེམས་བྱང་ཡུལ་ངེས་ལྔ་གང་ཡིན།
- ༥ ཅ་ཉོན་དུག་གི་མཚན་ཉིད་བྲིས།
- ༦ ཉེ་ཉོན་ཉི་ཤུ་གང་ཡིན་རེ་རེ་བཞིན་བྲིས།
- ༧ དགེ་བའི་སེམས་བྱང་ཞེས་པའི་དོན་གང་ཡིན།
- ༨ གཞན་འགྱུར་བཞི་པོ་སོ་སོའི་མཚན་ཉིད་དང་། མཚན་གཞི་འབྲི་དགོས།
- ༩ བཅད་ཤེས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་བྲིས།
- ༡༠ ཡིད་དཔྱོད་ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་། མཚན་གཞི་སོ་སོར་བྲིས།
- ༡༡ ལྷང་ལ་མ་ངེས་པའི་སྒྲོ་ཞེས་པ་གང་ལ་བྲེར། དཔེར་བརྗོད་ཅིག་བྲིས།
- ༡༢ མ་རྟོགས་དང་ལོག་རྟོག་གཉིས་ལ་བྱང་པར་གང་ཡོད།

སྒྲིབ་ཚན་བཅུ་པ།
ཡིད་དཔྱད་ཀྱི་སྒྲིབ་གསལ་པ།

《རིགས་གཏེར་》ལས།

སྒྲིབ་ཡི་མཚན་ཉིད་རིག་པ་ཡིན། །
ཡུལ་སོགས་སྒྲིབ་ནས་རྟུ་མར་འགྱུར། །
ཤེས་པའི་སྒྲིབ་ནས་རང་རིག་གཅིག །

སྒྲིབ་ཡི་མཚན་ཉིད་གང་ཞེ་ན། རིག་པ་སྒྲིབ་ཡི་མཚན་ཉིད། ཅིས་ཟེར། སྒྲིབ་དེ་ཡང་
ཡུལ་གྱི་སྒྲིབ་ནས་དབྱེ་ན་རྟུ་མར་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན། ཡུལ་ལ་འཇུག་ཚུལ་གྱི་སྒྲིབ་
ནས་དབྱེ་ན་དོན་སྒྲིབ་འཛིན་པ་རྟོག་བཅས་ཀྱི་སྒྲིབ་དང་། རང་མཚན་འཛིན་པ་རྟོག་
མེད་སྒྲིབ་ཀྱི་གཉིས། འཛིན་སྐྱངས་ཀྱི་སྒྲིབ་ནས་དབྱེ་ན་འབྲུལ་པའི་སྒྲིབ་དང་། མ་འབྲུལ་
པའི་སྒྲིབ་གཉིས་སོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཡོད་པ་རེད། ཡུལ་ཅན་ཤེས་པའི་སྒྲིབ་ནས་བརྟུ་
ན་རང་རིག་གཅིག་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། རིགས་གཏེར་རང་ལྷགས་ལ་དོན་ཐམས་ཅད་
རང་མཚན་དང་། ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་རང་རིག་ཁོ་ན་འདོད་པའི་བྱིས།

ཐོད་སྒྲུབ་བསམ་པ་ན་རེ།

ཡིད་དཔྱད་སྒྲུབ་ལ་མ་ངེས་དང་། །

བཅད་ཤེས་ལོག་ཤེས་ཐེ་ཚོམ་ལ། །

༡ ཡིད་དཔྱད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཞོག་ཟེར་ན། 《རིགས་གཏེར་》ལས། རྟགས་ལ་
མ་རྟོགས་པར་སྒྲུབ་མ་རྟོགས་པའི་ ① སྒྲིག་གྱུར་དོན་དང་མཐུན་པར་ངེས་པ་ཡིད་
དཔྱད་ཀྱི་མཚན་ཉིད།

དེ་ལ་དབྱེ་ན་གསུམ་སྟེ། རྒྱ་མཚན་མེད་པའི་ཡིད་དཔྱད། སྒྲུབ་མཐོང་ལྟོང་
པའི་ཁྲོན་པ་རྟོང་པ་ན་ད་ལྟ་འང་ཚུ་ཡོད་སྟེ་མ་པ་ལྟ་བུ། རྒྱ་མཚན་སྒྲིབ་ཅི་ལོག་གི་

① སྒྲུབ་ཤེས་ཟིན་པའི། ཞེས་པའི་དོན་ཡིན།

ཡིད་དཔྱད། མ་ངེས་པ་དང་། མ་གྲུབ་པའི་རྟགས་ལ་བརྟེན་ནས་བསྐྱབ་བྱ་
བདེན་པར་འཛིན་པ་ལྟ་བུ། དཔེར་ན། རྩ་བ་དང་སྐྱུག་པ་གང་ཡིན་མ་ངེས་པ་
དེ་ཡོད་པ་རྒྱ་མཚན་རྩ་བྱས་ཏེ་མེ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པ་ལྟ་བུ་མ་ངེས་པའི་ཡིད་དཔྱད་
དང་། རྒྱ་མཚན་མ་ངེས་པའི་ཡིད་དཔྱད། ཚུལ་གསུམ་སོགས་རིགས་ལམ་
དང་རྒྱ་མཚན་སོགས་ཀྱི་གནད་མི་ཤེས་ཀྱང་དེའི་རྗེས་སུ་བྱངས་ནས་ཡིད་ཆེས་པ་
ལྟ་བུ། དཔེར་ན། མོངས་དད་ལྟ་བུ་ནམས་སོ།

༢ ལྷང་ལ་མ་ངེས་པའི་མཚན་ཉིད། 《རིགས་གཏེར་》ལས། རང་གི་འཇུག་
ཡུལ་རྩ་གྱུར་པའི་རང་མཚན་གསལ་བར་སྤང་ཡང་དེ་ལ་ངེས་ཤེས་འདྲེན་མི་རུས་
པའི་རིག་པ་སྤང་ལ་མ་ངེས་པའི་མཚན་ཉིད།

༣ བཅད་ཤེས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། 《རིགས་གཏེར་》ལས། རྟོགས་ཟིན་རྟོག་
པ་བཅད་ཤེས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན། མངོན་སུམ་བཅད་ཤེས་དང་།
རྟོག་པ་བཅད་ཤེས་གཉིས།

༤ ལྟག་ཤེས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། 《རིགས་གཏེར་》ལས། རང་གི་འཇུག་ཡུལ་ལ་
འབྱུལ་པའི་རིག་པ་ལྟག་ཤེས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། དབྱེ་ན། རྟོག་པ་ལྟག་ཤེས་དང་།
རྟོག་མེད་ལྟག་ཤེས་གཉིས།

༥ ཐེ་ཚོམ་གྱི་མཚན་ཉིད། 《རིགས་གཏེར་》ལས། རང་གི་འཇུག་ཡུལ་ལ་
རང་སྟོབས་ཀྱིས་མཐའ་གཉིས་སུ་དོགས་པའི་རིག་པ་ཐེ་ཚོམ་གྱི་མཚན་ཉིད། དེ་
ལ་དབྱེ་ན། དོན་འགྱུར་གྱི་ཐེ་ཚོམ། དོན་མི་འགྱུར་གྱི་ཐེ་ཚོམ། ཆ་མཉམ་པའི་ཐེ་
ཚོམ་བཅས་སོ།

ས་བཅད་དང་ལོ། རྒྱ་མཚན་གསུམ་གྱི་སྟོན་ནས་ཡིད་དཔྱད་སྤྱི་དགག་པ།

གཅིག །བརྟགས་ན་མི་འཐད་པ།

《རིགས་གཏེར་》ལས།

ཡིད་དཔྱད་རྟགས་ལ་སྟོན་མི་སྟོས། །

དམ་བཅའ་ཅམ་ཡིན་ཐེ་ཚོམ་འགྱུར། །

རྟགས་ལ་ལྟོས་ན་ཡང་དག་གམ། །

ལྟར་སྒྲུང་གསུམ་ལས་འདའ་བ་མིད། །

ཞེས་པའི་དོན་ནི། བྱོད་རང་གིས་འདོད་པའི་ཡིད་དཔྱད་དེ་རྟགས་སུ་བཀོད་
པ་ལ་ལྟོས་དགོས་དང་མི་དགོས། གལ་སྲིད་རྟགས་དང་རྒྱ་མཚན་ལ་ལྟོས་མི་
དགོས་པ་ཡིན་ན། བྱོད་རང་ཉིད་གྱིས་དམ་བཅའ་རྒྱུང་པ་ཙམ་ཡིན་པ་དེས་ནི་
དོན་གང་ཡང་ངེས་མི་རུས་པས་ཐེ་ཚོམ་དུ་འགྱུར་རོ། །

རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་ན། ཡིད་དཔྱད་ཚོས་ཅན། རྟགས་ལ་མི་ལྟོས་པར་ཐལ།
མཐའ་གཅིག་དུ་ཞེན་པ་ཅན་གྱི་སྒྲོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཡིད་དཔྱད་ཚོས་
ཅན། ཐེ་ཚོམ་ཡིན་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་རྒྱུང་པ་ཙམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་
ཟེར་རོ། །གལ་ཏེ་ཡིད་དཔྱད་དེ་རྟགས་ལ་ལྟོས་དགོས་ན། ཚུལ་གསུམ་ཚང་བའི་
རྟགས་ཡང་དག་དང་། ཡང་ན་རྟགས་ལྟར་སྒྲུང་གསུམ་སྟེ། ཚོད་གཞི་ཚོས་
ཅན་གྱི་སྟེང་དུ་རྟགས་མ་གྲུབ་ན་མ་གྲུབ་པའི་རྟགས་ལྟར་སྒྲུང་དང་། མི་མཐུན་
སྟུགས་ཁོ་ན་ལ་འཇུག་པའི་རྟགས་འགལ་བ། མཐུན་སྟུགས་དང་མི་མཐུན་གཉིས་
ཀ་ལ་འཇུག་པ་མ་ངེས་པའི་རྟགས་ཏེ། དེ་ལྟར་རྟགས་སམ་སྒྲོ་བཞི་པོ་གང་རུང་
ལས་འདའ་བ་མིད་དོ། །

རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་ན། རྟགས་ལ་ལྟོས་དགོས་ན། ཡིད་དཔྱད་ཚོས་ཅན། བྱོད་
ཚོད་མ་དང་། ཚོད་མིན་གྱི་སྒྲོ་གསུམ་པོ་གང་རུང་ཞིག་ཡིན་པར་ཐལ། རྟགས་ལ་
ལྟོས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་ཟེར་རོ། །

གཉིས། ཏ་ཅང་ཐལ་བའི་དགག་པ།

བརྟག་པ་མཐར་བཟུང་གི་སྒྲོ་ནས། ཁོ་ན་རེ། རྟགས་ལ་ལྟོས་ན་རྟགས་ཡང་དག་
དང་ལྟར་སྒྲུང་གསུམ་པོ་གང་རུང་ཡིན་པས་མ་ཁྲུབ་ཅེ་ན། དེའི་ལན་དུ། «རིགས་
གཏེར་»ལས།

རྒྱ་མཚན་ཅན་གྱི་ཡིད་དཔྱད་གཉིས། །

ལྟར་སྒྲུང་གསུམ་དུ་མི་འདུས་ན། །

གཏེན་ཚོགས་ལྟར་སྒྲུང་བཞི་པར་འགྱུར། །

ཞེས་པའི་དོན་ནི། གལ་ཏེ་རྒྱ་མཚན་ཕྱིན་ཅི་ལོག་དང་རྒྱ་མཚན་མ་ངེས་པ་
ཅན་གྱི་ཡིད་དཔྱད་དེ་གཉིས་རྟགས་སམ་གཏན་ཚིགས་འགལ། མ་གྲུབ། མ་
ངེས་གསུམ་གྱི་ནང་དུ་མ་འདུས་ན། ཡིད་དཔྱད་སྐྱེད་པའི་རྟགས་ཞེས་པ་གཏན་
ཚིགས་ལྟར་སྤང་བཞི་པ་ཞིག་སྤྱིད་པར་འགྱུར་རོ།

རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་ན། རྒྱ་མཚན་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་དང་། རྒྱ་མཚན་མ་ངེས་
པ་ཅན་གྱི་ཡིད་དཔྱད་གཉིས་ཚས་ཅན། མ་རྟོགས་ལོག་རྟོག་ཐེ་ཚོམ་གྱི་སྒོ་གསུམ་
པོ་གང་རུང་དུ་འདུ་བར་ཐལ། རྟགས་ལྟར་སྤང་གསུམ་ལ་བརྟེན་པའི་སྒོ་གསུམ་
དུ་འདུས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཡིད་དཔྱད་ཅེས་བྱུང་དུ་དབྱེ་བའི་དགོས་པ་
མེད་དོ། མ་ཁྲབ་ན། ཡིད་དཔྱད་གཉིས་པོ་ཚས་ཅན། བྱོད་བསྐྱེད་པའི་གཏན་
ཚིགས་ལྟར་སྤང་བཞི་པ་སྤྱིད་པར་ཐལ། ཡིད་དཔྱད་གཉིས་པོ་དེ་རྟགས་ལྟར་
སྤང་གསུམ་ལ་བརྟེན་པའི་སྒོ་གསུམ་དུ་མི་འདུས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་བྱེད་རོ།

བརྟག་པ་མཐར་བཟུང་གི་སྒྲོ་ནས། ཁོ་ན་རེ། ཡིད་དཔྱད་ཅེས་བྱ་བ་འདི་
རྟགས་ལྟར་སྤང་མ་ཡིན་ཏེ་དོན་བདེན་པར་ངེས་སོ་ཞེ་ན། དེའི་ལན་དུ།

《རིགས་གཏེར་》ལས།

ཡིད་དཔྱད་ལྟར་སྤང་མ་ཡིན་ན། །

ཚད་མ་གསུམ་པ་སྤྱིད་པར་འགྱུར། །

ཞེས་པའི་དོན་ནི། ཡིད་དཔྱད་དེ་རྟགས་ལྟར་སྤང་གསུམ་ལ་བརྟེན་པའི་སྒོ་
གསུམ་པོའི་ནང་དུ་མ་འདུས་ན། དེ་མངོན་སུམ་ཚད་མ་དང་རྗེས་དཔག་ཚད་
མ་གཉིས་ནི་མ་ཡིན། དོན་བདེན་པར་ངེས་པ་ནི་ཡིད་པས་ཡིད་དཔྱད་ཚད་མ་
ཞེས་པའི་ཚད་མ་གསུམ་པ་ཞིག་སྤྱིད་པར་འགྱུར་རོ།

རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་ན། ཡིད་དཔྱད་ཚས་ཅན། བྱོད་ཚད་མ་གསུམ་པ་
ཞིག་ཡིན་པར་ཐལ། མངོན་རྗེས་ཀྱི་ཚད་མ་གཉིས་པོ་མ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་
དོན་བདེན་པར་ངེས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་བྱེད་རོ།

བརྟག་པ་མཐར་བཟུང་གི་སྒྲོ་ནས། ཁོ་ན་རེ། མ་ཁྲབ། དོན་བདེན་པ་ངེས་
ཀྱང་ཚད་མ་ཡིན་པས་མ་ཁྲབ་ཅེ་ན། དེའི་ལན་དུ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

བདེན་པ་ངེས་ཀྱང་ཚད་མིན་ན། །

རྗེས་སུ་དཔག་པའང་མིན་པར་འགྱུར། །

ཞེས་པའི་དོན་ནི། དོན་བདེན་པར་ངེས་ཀྱང་དོན་རང་མཚན་མ་རྟོགས་ན་
ཚད་མ་ཡིན་པའི་ཐ་སྟངས་མི་འཇུག་ན། འོ་ན་རྗེས་དཔག་ཚད་མ་ཡང་ཚད་མ་ཡིན་
པར་འགྱུར་རོ། །

རིགས་ལམ་རྩ་བཤོད་ན། རྗེས་སུ་དཔག་པ་ཆོས་ཅན། ཚད་མ་མ་ཡིན་པར་
ཐལ། དོན་བདེན་པར་ངེས་ཀྱང་རང་མཚན་མི་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་བེར་རོ། །

བརྟག་པ་མཐར་བཟུང་གི་སྒྲིབ་ནས། ཡང་ཁོ་ན་ལེ། ཡིད་དཔྱད་ཀྱིས་དོན་
བདེན་པར་ངེས་ཀྱང་སྒྲིབ་འདོགས་མི་གཙོད་པའི་ཕྱིར་ན་རྗེས་དཔག་དང་མི་
མཚུངས་ཤེ་ན། དེའི་ལན་རྩ། «རིགས་གཏེར་» ལས།

ངེས་ཀྱང་སྒྲིབ་འདོགས་མི་གཙོད་ན། །

གཙོད་བྱ་གཙོད་བྱེད་མིན་པར་འགྱུར། །

དེའི་དོན་ནི། ངེས་པར་ཡོད་པ་དང་སྒྲིབ་འདོགས་མི་ཚད་པ་གཉིས་ནི་འགལ་
བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན་གཙོད་བྱ་དང་། གཙོད་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་རྩ་གནས་ཡོད་པ་རེད།
ཁྱོད་ལྟར་ན་ངེས་པར་ཡོད་པ་དང་། སྒྲིབ་འདོགས་མི་ཚད་པ་གཉིས་གཙོད་བྱ་དང་
གཙོད་བྱེད་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །

རིགས་ལམ་རྩ་བཤོད་ན། ངེས་ཤེས་སྐྱེས་པ་དང་སྒྲིབ་འདོགས་མི་ཚད་པ་
གཉིས་ཆོས་ཅན། གཙོད་བྱ་དང་གཙོད་བྱེད་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དོན་བདེན་པར་
ངེས་ཀྱང་སྒྲིབ་འདོགས་མི་ཚད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དཔལ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས།
ངེས་པ་དང་ནི་སྒྲིབ་འདོགས་ཡིད། གཙོད་བྱ་གཙོད་བྱེད་ངོ་བོའི་ཕྱིར། ཞེས་
གསུངས་པ་དང་འགལ་ལོ། ཁོ་ན་ལེ། «རིགས་གཏེར་» ལས།

ངེས་པ་མེད་ཀྱང་བདེན་ལྟར་དང་། །

སོམ་ཉིད་སྒྲིབ་གསུམ་མི་འགལ་ན། །

ཞེས་པའི་དོན་ནི། དོན་བདེན་པ་ངེས་པ་མེད་ཀྱང་སྒྲིབ་ཀྱི་ཁྱོད་པ་རྟོག་པ་ན་
ཚུ་ཡོད་དོ་སྟམ་པའི་སྒྲིབ་དེ་བདེན་པའི་ཡིད་དཔྱད་དང་། དེར་ཚུ་མེད་དོ་སྟམ་པ་

རྩུན་པའི་སློ་ལོག་ཤེས་དང་། རྩུ་ཡོད་དམ་མེད་སྟུང་པ་སོམ་ཉི་ཉེ་ཐེ་ཚོམ་གྱི་སློ་
ཡིན་པས་ན་མི་འགལ་ཞེ་ན།

རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་ན། དེས་ཤེས་དང་སློ་འདོགས་གཉིས་ཚོས་ཅན། བན་
ཚུན་མི་འགལ་ཏེ། དེ་གཉིས་འཇུག་ཚུལ་རྣམ་པ་ཐ་དད་ཅམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
དཔེར་ན། འོན་བདེན་པར་དེས་པ་མེད་ཀྱང་བདེན་པའི་ཡིད་དཔྱད་དང་། ལོག་
ཤེས། ཐེ་ཚོམ་གསུམ་པན་ཚུན་འགལ་བ་མ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། ། དེའི་ལན་དུ།
《རིགས་གཏེར་》ལས།

དེས་པ་མེད་ན་ཡིད་དཔྱད་ཉམས། །

གཉིས་སུ་འགྱུར་ན་ཐེ་ཚོམ་དཀའ། །

ཞེས་པའི་དོན་ནི། དེས་པ་མེད་ཀྱང་ཡིད་དཔྱད་ཡིན་པར་མི་འགལ་ན།
ཁྱོད་རང་འདོད་པའི་ཡིད་དཔྱད་གྱི་མཚན་ཉིད་ཉམས་ཏེ། ཡིད་དཔྱད་གྱི་མཚན་
ཉིད། རྟགས་ལ་མ་སྟོན་པར་སྤར་མ་རྟོགས་པའི་སློག་གུར་དོན་དང་མཐུན་པར་
དེས་པ་ཞེས་པ་དེ་དང་འགལ་ལོ། ཡོད་དམ་སྟུང་པ་ཡིད་དཔྱད་དང་། མེད་
དམ་སྟུང་པ་ལོག་ཤེས་ཡིན་པའི་སློ་གཉིས་སུ་འགྱུར་ན། འོ་ན་ཐེ་ཚོམ་གྱི་སློ་གང་
ཡིན་རྟེན་དཀའོ།

རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་ན། འོན་བདེན་པ་མ་དེས་པའི་སློ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་
ཡིད་དཔྱད་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཡིད་དཔྱད་གྱི་མཚན་ཉིད་དང་མི་མཐུན་
པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཡིད་དཔྱད་ཡིན་ན་སློག་གུར་དོན་མཐུན་དུ་དེས་པར་ཁས་སྤངས་
པའི་ཕྱིར། ཡང་། རང་ལྷལ་ལ་ཅེ་གཉིས་སུ་འཇུག་པའི་སློ་ཚོས་ཅན། ཐེ་ཚོམ་
མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཡོད་དམ་སྟུང་པ་ཡིད་དཔྱད་དང་། མེད་དམ་སྟུང་པ་ལོག་
ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་སོ།

གསུམ། བརྒྱུག་པ་དང་མཚུངས་པ།

ཡང་། རིག་པ་མགོ་མཚུངས་གྱི་ལན་དུ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

ཡང་ན་བདེན་པའི་ཡིད་དཔྱད་ལྟར། །

ལོག་པའི་ཡིད་དཔྱད་ཅིས་མི་འཐད། །

ཞེས་པའི་དོན་ནི། ཡང་ན་ཁྱོད་རང་འདོད་པའི་རྟགས་ལ་མ་ལྟོས་པར་སྤར་
མ་རྟགས་པའི་སྒྲིག་གྱུར་དོན་མཐུན་ངེས་པ་དེ་བདེན་པའི་ཡིད་དཔྱད་ཡིན་ན། དེ་
ལས་ལྡོག་པར། རྟགས་ལ་མ་ལྟོས་པར་སྤར་མ་རྟགས་པའི་སྒྲིག་གྱུར་དོན་དང་མི་
མཐུན་པར་ངེས་པ་ལོག་པའི་ཡིད་དཔྱད་ཡིན་ཞེན་ཅི་སྟེ།

རིགས་ལས་དུ་བཀོད་ན། སྒྲིག་གྱུར་དོན་དང་མི་མཐུན་པར་ངེས་པ་ཆོས་ཅན།
ལོག་པའི་ཡིད་དཔྱད་ཡིན་པར་ཐལ། སྒྲིག་གྱུར་དོན་མཐུན་ངེས་པར་བདེན་པའི་
ཡིད་དཔྱད་ཡིན་པ་གང་ཞིག་དེ་གཉིས་ལྟོས་གྲུབ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་སོ།

ཡང་ན། ཡིད་དཔྱད་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་དོན་མི་མཐུན་པའི་ཡིད་དཔྱད་ཀྱང་
ཡོད་པར་ཐལ། དོན་མཐུན་ངེས་པའི་ཡིད་དཔྱད་ཡོད་པ་གང་ཞིག་། དེ་གཉིས་
རིགས་མཚུངས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་པ་འགྲིགས། འདོད་ན་བདེན་པའི་ཡིད་
དཔྱད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཉམས་སོ། ཡང་། 《རིགས་གཉེར་》ལས།

- (1) འདོད་ན་ཡིད་དཔྱད་བདེན་པ་ཉམས། །
 - (2) མིན་ན་སྤར་མའང་མིན་པར་མཚུངས། །
 - (3) གཉིས་ཀར་དོགས་ན་ཐེ་ཆོམ་འགྱུར། །
 - (4) གལ་ཏེ་སྲིད་ན་གངས་ངེས་འཇིག །
 - (5) ལོག་ཤེས་ཡིན་ན་ཡིད་དཔྱད་ཀྱང་། །
- ཆོད་མ་ཉིད་འགྱུར་མཚུངས་ཕྱིར་རོ། །

གོང་གི་ཆོག་རྒྱུ་བཞིའི་དོན་མདོར་བསྟུན་ནས་བཤད་ན། ལོག་པའི་ཡིད་
དཔྱད་ཡོད་པར་འདོད་ན། དོན་བདེན་པར་ངེས་པ་ཡིད་དཔྱད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་
ཡིན་པ་ཉམས། སྒྲིག་གྱུར་དོན་མི་མཐུན་པར་ངེས་པ་ལོག་པའི་ཡིད་དཔྱད་མིན་ན།
སྒྲིག་གྱུར་དོན་མཐུན་ངེས་པ་དེའང་། ཡིད་དཔྱད་མ་ཡིན་པ་རྒྱ་མཚན་མཚུངས་
པའི་ཕྱིར།

ལོག་པའི་ཡིད་དཔྱད་དེ་རྟགས་དང་རྒྱ་མཚན་ལ་མ་ལྟོས་པས་མཐར་གཅིག་དུ་
བདེན་དང་མི་བདེན་གཉིས་ཀར་དོགས་པས་ཐེ་ཆོམ་དུ་འགྱུར་ན། བདེན་པའི་
ཡིད་དཔྱད་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་ཐེ་ཆོམ་དུ་འགྱུར་རོ། །

གལ་ཏེ་བདེན་པའི་ཡིད་དཔྱད་དང་། ལོག་པའི་ཡིད་དཔྱད་གཉིས་ཀ་སྤྱིད་ན།
 བྱུང་གིས་ཚད་མིན་གྱི་སྒོ་ལྟར་བཞེད་པའི་གྲངས་ངེས་ཀྱི་དམ་བཅའ་འཛིགས་ཏེ།
 ལོག་པའི་ཡིད་དཔྱད་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

སློག་གྱུར་དོན་དང་མི་མཐུན་པར་ངེས་པ་ལོག་པའི་ཡིད་དཔྱད་དེ་ལོག་ཤེས་
 ཀྱི་ཁོངས་སུ་འདུས་པས། ཚད་མིན་གྱི་སྒོ་གྲངས་ལྟར་འདོད་པ་ལ་སྒྱུན་མེད་དོ་ཞེ་
 བ། འོ་ན་སློག་གྱུར་དོན་མཐུན་ངེས་པའི་ཡིད་དཔྱད་དེ་ཡང་ཚད་མའི་ཁོངས་སུ་
 འདུ་དགོས་པ་རིགས་པ་མཚུངས་སོ། །

(1) རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་ན། ལོག་པའི་ཡིད་དཔྱད་ཡོད་པ་འདོད་ཅེ་ན།
 ཡིད་དཔྱད་ཡིན་ན་བདེན་པའི་ཡིད་དཔྱད་ཡིན་པས་མ་ཁྲབ་པར་ཐལ། ལོག་
 པའི་ཡིད་དཔྱད་ཡོད་པའི་ཕྱིར། གོང་དུ་ཡིད་དཔྱད་བདེན་པ་ཡིན་པའི་དམ་
 བཅའ་ཉམས་སོ། །

(2) ཡང་། སློག་གྱུར་དོན་མི་མཐུན་ངེས་པར་ལོག་པའི་ཡིད་དཔྱད་མིན་ཞེ་
 བ། སློག་གྱུར་དོན་དང་མཐུན་པར་ངེས་པ་ཆོས་ཅན། བྱུང་ཡིད་དཔྱད་མ་ཡིན་
 པར་ཐལ། སློག་གྱུར་དོན་མི་མཐུན་པར་ངེས་པ་དེ་ཡིད་དཔྱད་མིན་པ་གང་ཞིག
 དེ་གཉིས་རིགས་མཚུངས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

(3) ཡང་ཁོ་ན་རེ། ལོག་པའི་ཡིད་དཔྱད་དེ་ནགས་དང་རྒྱ་མཚན་ལ་མ་ལྟོས་
 པས་མཐའ་གཅིག་དུ་བདེན་པར་མ་ངེས་པས། ཐེ་ཆོམ་གྱི་ཁོངས་སུ་འདུས་དགོས་
 ཤིང་། འོ་ན་བདེན་པའི་ཡིད་དཔྱད་ཆོས་ཅན། ཐེ་ཆོམ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་
 གཉིས་རྒྱ་མཚན་མཚུངས་པའི་ཕྱིར།

(4) ཁོ་ན་རེ། བདེན་པའི་ཡིད་དཔྱད་ལྟར་ལོག་པའི་ཡིད་དཔྱད་ཀྱང་ཡོད་
 སྤྱིད་དོ་ཞེ་ན། འོ་ན། ཚད་མིན་གྱི་སྒོ་ཆོས་ཅན། གྲངས་དུག་དུ་ངེས་པར་ཐལ།
 ལྟར་སྒོ་རིག་ལྟར་གྲངས་ངེས་པ་གང་ཞིག དེའི་ཐོག་དུ་ལོག་པའི་ཡིད་དཔྱད་པ་
 བྱུང་རང་གིས་ཁས་སྒྲངས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ལྟར་གྱི་སྒོ་རིག་ལྟའི་རྣམ་གཞག་
 འཛིག་གོ།

(5) ཁོ་ན་རེ། སློག་གྱུར་དོན་དང་མི་མཐུན་པར་ངེས་པ་ལོག་པའི་ཡིད་

དཔྱད་དེ་ལོག་ཤེས་ཀྱི་ཁོངས་སུ་འདུས་སོ་ཞེ་ན། འོ་ན། རྟོག་གྱུར་དོན་དང་མཐུན་
པར་ངེས་པ་ཚོས་ཅན། ཚད་མའི་ཁོངས་སུ་འདུས་པར་ཐལ། རྟོག་གྱུར་དོན་དང་
མཐུན་པ་ངེས་པའི་ཚད་མའི་སྒྲོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། རྟོག་གྱུར་དོན་དང་མི་མཐུན་
པ་ལོག་ཤེས་ཀྱི་ཁོངས་ཡིན་ན། རྟོག་གྱུར་དོན་དང་མཐུན་པ་ངེས་པ་ཚད་མའི་
ཁོངས་སུ་ཡིན་པ་རྒྱ་མཚན་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ས་བཅད་གཉིས་པ། ཁྱེ་བྲག་ནང་གསེས་ཀྱི་ཡིད་དཔྱད་སོ་སོར་དགག་པ།

གཅིག །རྒྱ་མཚན་མེད་པའི་ཡིད་དཔྱད་དགག་པ།

བརྟག་པ་མཐར་བཟུང་གི་སྒྲོ་ནས། ཁོ་ན་རེ། རྒྱ་མཚན་མེད་ཀྱང་དོན་བདེན་
པ་རྟོགས་པའི་སྒྲོ་དེ་ཡིད་དཔྱད་ཡིན་ཞེ་ན། དེའི་ལན་རུ། «རིགས་གཏེར་»ལས།
གལ་ཏེ་རྒྱ་མཚན་མེད་པ་ཡི། །

ཡིད་དཔྱད་བདེན་ན་ཀྱན་བདེན་འགྱུར། །

དེའི་དོན་ནི། གལ་ཏེ་རྒྱ་མཚན་མེད་པའི་ཡིད་དཔྱད་དེ་བདེན་པ་ཡིན་ན། འོ་
ན་རང་གི་ལོག་ན་རིན་པོ་ཆེའི་གཏེར་ཡོད་སྟེ་མ་པ་ལ་སོགས་པ་ཚོད་དཔག་གི་སྒྲོ་
ཐམས་ཅད་བདེན་པ་ཡིན་དགོས་སོ། །

རིགས་ལམ་རུ་བཀོད་ན། རང་གི་ལོག་ན་རིན་པོ་ཆེའི་གཏེར་ཡོད་སྟེ་མ་པའི་སྒྲོ་
དེ་ཚོས་ཅན། ཡིད་དཔྱད་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱ་མཚན་མེད་ཀྱང་དོན་བདེན་པར་
ངེས་པའི་སྒྲོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟོགས་མ་གྲུབ་ཟེར་ན། འོ་ན་ཁྱོད་རང་སྤར་གྱི་ཁྱོན་
པ་རྟོག་པ་ལ་རྒྱ་ཡོད་དོ་སྟེ་མ་པའི་སྒྲོ་དེ་ཡང་ཡིད་དཔྱད་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱ་
མཚན་མཚུངས་པའི་ཕྱིར། གོང་རུ་འདོད་ཟེར་ན། འོ་ན་ལོག་ཤེས་ཀྱི་མཚན་
གཞི་རྟོག་དགའོ། །

གཉིས། རྒྱ་མཚན་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་ཡིད་དཔྱད་དགག་པ།

བརྟག་པ་མཐར་བཟུང་གི་སྒྲོ་ནས། ཡང་ཁོ་ན་རེ། ལོག་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅན་གྱི་
སྒྲོ་དེ་ཡིད་དཔྱད་ཡིན་ཞེ་ན། དེའི་ལན་རུ། «རིགས་གཏེར་»ལས།
གལ་ཏེ་ལོག་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅན། །

ཡིད་དཔྱད་ཡིན་ན་གཞུང་དང་འགལ།

དེའི་དོན་ནི། གལ་ཏེ་རྒྱ་མཚན་ལོག་པར་བཀོད་པ་དེ་ཡིད་དཔྱད་ཡིན་ན། མ་
ཁྲལ་པའི་རྟགས་དང་། མ་གྲུབ་པའི་རྟགས་བཀོད་པ་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཡིད་
དཔྱད་ཏུ་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན། སྤྲོ་ཆོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། མཉམ་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
ལྟ་བུའི་མ་ཁྲལ་པའི་རྟགས་དང་། སྤྲོ་ཆོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ། མིག་ཤེས་ཀྱི་གཞུང་
བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་མ་གྲུབ་པའི་རྟགས་རྣམས་ཀྱང་ཡིད་དཔྱད་ཏུ་
འགྱུར་རོ། དེ་འདྲོད་ན་ཆོད་མའི་གཞུང་དང་འགལ་ཏེ། དེ་ལྟར་མ་ཁྲལ་པ་དང་།
མ་གྲུབ་པའི་རྟགས་ཅན་རྣམས་ནི་ཐེ་ཆོམ་གྱི་ཁོངས་གཏོགས་པ་ཡིན་ཏེ། མདོ་ལས།
སྟོགས་ལ་མཐུ་མེད་སོམ་ཉི་དང་། ཞེས་གསུངས་སོ།

རིགས་ལམ་ཏུ་བཀོད་ན། མ་ཁྲལ་པ་དང་། མ་གྲུབ་པའི་རྟགས་རྣམས་ཆོས་
ཅན། ཡིད་དཔྱད་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱ་མཚན་ལོག་པ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདྲོད་
ན་གཞུང་དང་འགལ་ཏེ། མ་ཁྲལ་པ་དང་། མ་གྲུབ་པའི་རྟགས་ཅན་རྣམས་ཐེ་ཆོམ་
ཡིན་པ་དཔལ་སྟོགས་ཀྱི་སྒྲུང་པོས་གཞུང་ཏུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་རོ།

ཡང་ན། རྒྱ་མཚན་ལོག་པ་ཅན་གྱི་སྤྲོ་ཆོས་ཅན། ཡིད་དཔྱད་མ་ཡིན་པར་
ཐལ། ཐེ་ཆོམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། མ་ཁྲལ་པ་དང་། མ་གྲུབ་པའི་རྟགས་རྣམས་ཐེ་
ཆོམ་ཡིན་ཏེ། མདོ་ལས་སྟོགས་ལ་མཐུ་མེད་སོམ་ཉི་དང་། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།
ཞེས་སོགས་གཞུང་དང་འགལ་ཚུལ་ལོ།

གསུམ། ལྷང་གི་ཆོས་ཡིད་དཔྱད་ཏུ་འདྲོད་པ་དགག་པ།

བརྟག་པ་མཐར་བཟུང་གི་སྒྲོ་ནས། ཁོ་ན་རེ། ཡིད་དཔྱད་ཅེས་པ་བསྟན་
བཅོས་ཀྱི་ལྷང་ཐོས་པ་ལས་བྱུང་པའི་ཤེས་རིག་རྣམས་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེའི་ལན་
ཏུ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

རང་གཞན་གྲེ་པའི་ལྷང་ལས་རྟོགས།

སྟོ་རིག་བཞིར་འདུས་ཡིད་དཔྱད་མིན།

དེའི་དོན་ནི། འདིར་རང་ཞེས་པ་ནི་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པ་དང་། གཞན་
ཞེས་པ་ནི་ཕྱི་རོལ་ལྷ་སྟགས་པ་ལ་ཟེར། དེས་ན་རང་གྲེ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་

ལྷང་ལ་དྲང་དོན་དང་། དེས་དོན་གཉིས་ཡོད་པ་དེ་དག་དོན་ལ་མི་བསྐྱུ་བ་ཡིན་
 པས་ཚད་མའི་སྒྲོ་ཡིན་ལ། གཞན་སྡེ་ཕྱི་རོལ་པའི་ལྷང་བྱས་དང་དཀའ་བྱབ་ཀྱིས་
 སྡིག་པ་འདག་པར་བཤད་པ་ནི། གཞོད་བྱེད་ཀྱི་རིག་པ་ཡོད་པས་ཚད་མིན་གྱི་སྒྲོ་
 ལས་ལོག་ཤེས་ཡིན། བརྗོད་བྱ་གང་ཞིག །གཞོད་བྱེད་དང་སྐྱབ་བྱེད་གང་ཡང་
 མེད་པའི་ལྷང་དེ་ལ་བརྟེན་པ་ཐེ་ཚོམ་གྱི་སྒྲོ། བརྗོད་བྱ་དང་འབྲེལ་བ་མ་གསལ་
 པའི་འབྲེལ་བཤད་ཀྱི་ལྷང་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་སྒྲོ་དེ་མ་རྟོགས་པའི་སྒྲོ་ཡིན། དེས་ན་
 ལྷང་ལས་ཐོབ་པའི་སྒྲོ་ཡིན་ན། སྒྲོ་རིག་བཞི་པོ་གང་རུང་ཞིག་གི་ནང་དུ་འདུས་
 པས་དེ་དག་ནི་ཡིད་དཔྱད་ཀྱི་སྒྲོ་མིན་ནོ།

རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་ན། བསྟན་བཅོས་ཀྱི་ལྷང་ལས་རྟོག་པའི་སྒྲོ་ཚོས་ཅན།
 ཡིད་དཔྱད་མིན་ཏེ། དེ་ཚད་མ་དང་། ཚད་མིན་ལས་ལོག་ཤེས། ཐེ་ཚོམ། མ་
 རྟོགས་པའི་སྒྲོ་བཞི་པོ་གང་རུང་ཁོངས་སུ་འདུས་པའི་བྱིར་རོ།

བསྐྱར་སྒྱུར་གི་ཁ་བྱང་།

- ༡ ཡིད་དཔྱད་དགག་པའི་རྒྱ་མཚན་གསུམ་གང་ཡིན།
- ༢ གདམ་ཚིག་ལྟར་སྤང་བཞི་པ་ཡོད་མི་རུང་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་།
- ༣ ཚད་མ་གསུམ་པ་སྲིད་ན་སྒྱུན་གང་འགྱུར།
- ༤ རེས་ཤེས་ཡོད་པ་དང་སྒྲི་འདོགས་མི་ཚད་པ་གཉིས་ཇི་ལྟར་འགལ།
- ༥ རེས་པ་མེད་ན་ཡིད་དཔྱད་ཉམས། གཉིས་སྤྱུར་ན་ཐེ་ཚོམ་དགལ། ཞེས་པའི་དོན་གང་།
- ༦ བདེན་པའི་ཡིད་དཔྱད་འགོག་པའི་མགོ་མཚུངས་ཀྱི་རིགས་པ་གང་བསྟན་འདུག
- ༧ མེད་པའི་ཡིད་དཔྱད་ཡོད་པར་འདོད་ན་སྒྱུན་གང་འདུག
- ༨ རྒྱ་མཚན་མེད་པའི་ཡིད་དཔྱད་བདེན་ན་སྒྱུན་གང་བབས་འདུག
- ༩ མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡིད་དཔྱད་ཡིན་ན་སྒྱུན་གང་བསྟན་འདུག
- ༡༠ ལྷང་གི་ཡིད་དཔྱད་མི་འཐད་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་བཞོད་འདུག

སྒྲིབ་ཚན་བརྒྱ་གཅིག་པ།

ལྷ་ལ་མ་ངེས་མཁས་ཀྱི་སྒྲོ་དགག་པ།

མ་བཅད་དང་པོ། ལྷ་ལ་མ་ངེས་པའི་སྒྲོ་དགག་པ།

ཁོ་ན་རེ། ལྷ་ལ་མ་ངེས་པ་དེ་ཚད་མིན་གྱི་སྒྲོ་ཡིན་ཏེ། དེའི་མཚན་ཉིད་ནི།
རང་གི་འབྲུག་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་རང་མཚན་གསལ་བར་ལྷ་ལ་དེ་ལ་ངེས་ཤེས་
འདྲན་མི་ལུས་པའི་རིག་པ་ལྷ་ལ་མ་ངེས་པའི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན་གསུམ་
སྟེ། དང་པོ། ཡུལ་རྣམ་པ་མི་གསལ་བ་དངོས་པོ་རང་མཚན་པ་དེའི་ཐོག་གི་སྐད་
ཅིག་མ་ལྟ་བུ། དཔེར་ན། ལུས་འཛིན་མིག་ཤེས་སྐད་ཅིག་དང་པོ་དེས་ལུས་
གཟུགས་སྐད་ཅིག་མ་དེ་མཐོང་ཡང་མ་ངེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ། ཡིད་ཉེ་བར་མ་
གཏད་པས་དམིགས་པ་འགའ་ཞིག་ལ་ཡིད་བསྐྱུས་པ་ན་གཟུགས་མཐོང་བ་ལྟ་བུ།
གསུམ་པ། འབྲུལ་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཉ་སྤྱི་ལ་དདུལ་དུ་འབྲུལ་བའི་ཆེ་ཉ་སྤྱིས་སུ་
མ་ངེས་པ་ལྟ་བུ། དེའི་ལན་དུ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

གལ་ཏེ་ལྷ་ལ་མ་ངེས་པ།

ཚད་མ་མིན་ན་མངོན་སུམ་ཀྱང་།

ཚད་མ་མིན་འགྱུར་མངོན་སུམ་ལ།

ངེས་པ་ཉིད་ནི་བཀག་སྐྱིར་རོ།

དེའི་དོན་ནི། གལ་ཏེ་ཡུལ་མཚན་ཉིད་པ་དེ་ལྷ་ལ་ཞིང་རྟོག་དོར་མ་ངེས་པ་
དེ་ཚད་མ་མིན་ན། མངོན་སུམ་ཐམས་ཅད་ཚད་མ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ། གང་ཞེ་
ན། མངོན་སུམ་ཞེས་པ་ལྷ་ལ་དོར་དངོས་པོའི་རང་མཚན་ལྷ་ལ་བཅུ་ལས་དོན་
ངེས་པ་ཡོད་པ་རྣམ་འགྲེལ་གྱི་གཞུང་བཀག་པའི་སྐྱིར་རོ། །

རིགས་ལས་དུ་བཞོད་ན། མངོན་སུམ་ཆོས་ཅན། ཚད་མ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྒྲོ་
དོར་ལྷ་ལ་མ་ངེས་པ་ཡིན་པའི་སྐྱིར། འདོད་ན། བྱོད་ལ་མངོན་སུམ་རྟོགས་པའི་
ཚད་མ་མེད་པར་ཐལ། མངོན་སུམ་མེད་པའི་སྐྱིར་རོ། ཡང་ན། མངོན་སུམ་ལྷ་ལ་

མ་ངེས་པའི་སྒོ་ཚས་ཅན། ཚད་མ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་མཚན་སྤང་ཡང་དེ་མ་
ངེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། འོ་ན་མངོན་སུམ་ཚས་ཅན། བྱོད་ལ་ངེས་པ་
ཡོད་པར་ཐལ། བྱོད་རང་འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སྒོ་བ་དཔོན་གྱི་གཞུང་དང་
འགལ་ཏེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། མངོན་སུམ་རྟོགས་བྱལ་མ་འབྲུལ་བ། ཉིད་གྱིས་ཚད་
མ་གྲུབ་པ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

ས་བཅད་གཉིས་ལ། བཅད་ཤེས་གྱི་སྒོ་དགག་ལ།

སྤར་བས་པ་ན་རེ། བཅད་ཤེས་གྱི་མཚན་ཉིད་ནི། རིགས་གཏེར་རང་འགྲེལ་
ལས། སྤར་རྟོགས་ཟིན་གྱི་བྱེད་པ་མ་ཉམས་པ་ལ་བསྒྲིག་སྒྲིགས་གྱི་སྒོ་འདོགས་དང་
འགལ་བར་འཇུག་པའོ། སྒོ་གསལ་རིག་སྒོ་ལས། རྟོགས་ཟིན་རྟོགས་པའི་རིག་པ་
བཅད་ཤེས་གྱི་མཚན་ཉིད། བཅད་ཤེས་ལ་ནང་གསེས་སུ་དབྱེ་ན། མངོན་སུམ་
བཅད་ཤེས་དང་། རྗེས་དཔག་བཅད་ཤེས་གཉིས་ཡོད་པ་རེད།

གཅིག །བཅད་ཤེས་སྤར་དགག་ལ།

《རིགས་གཏེར་》ལས།

བཅད་ཤེས་རིགས་པས་མཐའ་བཅད་ན། །

མ་རྟོགས་པ་དང་ལྷག་རྟོག་དང་། །

ཡང་ན་ཚད་མ་ཉིད་འགྱུར་གྱི། །

དེ་ལས་གཞན་པའི་སྒོ་མི་སྲིད། །

དེའི་དོན་ནི། རིགས་པས་ཞིབ་ཏུ་བརྟག་ན་བྱོད་རང་གིས་འདོད་པའི་བཅད་
ཤེས་ཞེས་པ་དེ་ནི་མ་རྟོགས་པ་དང་། ལྷག་རྟོག་དང་། ཡང་ན་ཚད་མའི་སྒོ་ཉིད་ཏུ་
འགྱུར་གྱི་དེ་ལས་གཞན་པའི་སྒོ་མི་སྲིད་དོ། དེ་ཡང་སྤར་རྟོགས་ཟིན་པ་ཡིན་ན་དེ་
ལ་གསར་ཏུ་རྟོགས་པར་བྱ་རྒྱ་གང་ཡང་མེད་པས་དེ་ནི་མ་རྟོགས་པའི་སྒོ་ཡིན།
སྤར་རྟོགས་པ་དེ་ཉིད་ད་ལྟ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏུ་རྟོགས་སོ་སྤྲུམ་ན། དེ་མ་ཡིན་པ་ལ་
དེར་འཛིན་པའི་སྒོ་ནི་ལྷག་ཤེས་ཡིན་ནོ། ད་ལྟ་དཔག་བཞིན་པ་དེ་ཉིད་ནི་ཏུས་དེར་
མངོན་སུམ་ཡིན་པས་ན་དེ་ལ་རང་རིག་མངོན་སུམ་ཟེར།

རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་ན། བཅད་ཤེས་ཚས་ཅན། ཁྱོད་སྒྲིབ་རིག་ཐ་དད་མ་ཡིན་
པར་ཐལ། ཁྱོད་ཚད་མ་དང་ཚད་མིན་གྱི་སྒྲིབ་གང་རུང་ཞིག་ལས་གཞན་དུ་མི་སྲིད་
པའི་ཕྱིར། ཁོ་ན་རེ། རྟགས་མ་གྲུབ་སྟེ། ཁྱོད་ཚད་མིན་གྱི་སྒྲིབ་མིན་པ་གང་ཞིག་ཚད་
མ་གཉིས་པོ་གང་རུང་ཡང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེ་ན། རྟགས་བྱུང་སྤྲུལ་མ་གྲུབ་སྟེ།
ཁྱོད་ཚད་མིན་གྱི་སྒྲིབ་མིན་པ་ཐལ། ཁྱོད་མ་རྟོགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཁྱོད་སྤྲུལ་
མའི་ཡུལ་དུན་པ་ཅམ་ལས་རང་ཡུལ་གསར་རྟོགས་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ།

གཉིས། བྱེ་བྲག་དུ་བཅད་ཤེས་དགག་པ།

① མངོན་སུམ་བཅད་ཤེས་དགག་པ། ཁོ་ན་རེ། རིགས་རྒྱན་འཛིན་པའི་སྒྲིབ་
དེ་ལ་མངོན་སུམ་བཅད་ཤེས་ཡིན་ཞེ་ན། དེའི་ལན་དུ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

མངོན་སུམ་རྟོག་བྲལ་ད་ལྟ་བུ། །

བཅད་ཤེས་འདས་པ་དུན་པ་ཡིན། །

ཡུལ་དུས་འཛིན་སྤངས་འགལ་བ་ལ། །

གཞི་མཐུན་པ་ཞིག་ག་ལ་སྲིད། །

དེའི་དོན་ནི། མངོན་སུམ་བཅད་ཤེས་ཡིན་པ་དེ་ཡང་མི་འཐད་དེ། མངོན་
སུམ་ནི་ངོ་རྟོག་བྲལ། ཡུལ་རང་མཚན། དུས་ད་ལྟ་བུ། འཛིན་སྤངས་གསལ་ལ་མ་
འདྲེས་པ་ཡིན། ཁྱོད་རང་གིས་འདོད་པའི་བཅད་ཤེས་ནི་ངོ་བོ་རྟོགས་པ། ཡུལ་
སྤྲོད་ན། དུས་འདས་པ། འཛིན་སྤངས་མི་གསལ་བ་འདྲེས་པར་འཛིན་པ་ཡིན།
དེས་ན་མངོན་སུམ་ཡང་ཡིན་ལ་བཅད་ཤེས་ཀྱང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པའི་ཚས་
ཤིག་མི་སྲིད་དེ། དཔེར་ན། ཁ་སང་ཡང་ཡིན་ལ་དེ་རིང་ཡང་ཡིན་པ་གཞི་མཐུན་
པའི་དུས་ཤིག་མི་སྲིད་པ་བཞིན་ནོ།

རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་ན། མངོན་སུམ་ཚས་ཅན། ཁྱོད་བཅད་ཤེས་དང་
གཞི་མཐུན་མི་སྲིད་པར་ཐལ། ཁྱོད་བཅད་ཤེས་དང་ཡུལ་དུས་འཛིན་སྤངས་
ཐམས་ཅད་འགལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། མངོན་སུམ་རྟོག་བྲལ་ད་ལྟ་བུ་ཡིན་པ་
གང་ཞིག་བཅད་ཤེས་འདས་པ་དུན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ② རྟོག་པ་བཅད་ཤེས་
དགག་པ། ཁོ་ན་རེ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

རིགས་རྒྱན་འཛིན་པ་མངོན་སུམ་སྟེ། །

རྗེས་ཤེས་བཅད་ཤེས་ཡིན་ཞེན། །

དེའི་དོན་ནི། ཡུལ་སྟོན་པོ་ལྷ་བྱ་མིག་ཤེས་དང་མ་བཤམ་གྱི་བར་སྟོ་ཙམ་གྱི་
རིགས་རྒྱན་མ་ཆད་པ་དེ་འཛིན་ནི། མངོན་སུམ་དང་བཅད་ཤེས་ཀྱི་གཞི་མཐུན་
ཡིན་ཏེ། སྟོན་པོ་སྐད་ཅིག་དང་པོ་རྟོགས་ཟིན་གྱི་རྗེས་སུ་སྟོན་པོ་འོ་སྟམ་དུ་ཤེས་
པ་དེ་བཅད་ཤེས་ཀྱང་ཡིན་ཅོ་ཞེན།

རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་ན། མངོན་སུམ་ཆོས་ཙན། བཅད་ཤེས་དང་གཞི་མཐུན་
ཡོད་དེ། སྟོན་པོའི་རིགས་རྒྱན་འཛིན་པ་དེ་མངོན་སུམ་དང་བཅད་ཤེས་ཀྱི་གཞི་
མཐུན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། སྟོན་པོའི་རིགས་རྒྱན་འཛིན་པ་དེ་མངོན་སུམ་ཡིན་པ་
གང་ཞིག་སྟོན་པོ་འོ་སྟམ་པའི་རྗེས་ཀྱི་སྟོ་དེ་བཅད་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྟོ་དེ་
གཉིས་གཞི་མཐུན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེའི་ལན་དུ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

རིགས་ནི་མངོན་སུམ་ཡུལ་མ་ཡིན། །

མཐོང་བའི་དོན་ལ་རྗེས་ཤེས་མེད། །

འགལ་བའི་ཕྱིར་ན་གཞི་མཐུན་མེད། །

དེའི་དོན་ནི། རིགས་དེ་ནི་སྟོན་པོའི་སྐད་ཅིག་གི་ཐོང་བ་ལ་རྒྱན་གཅིག་དུ་
འབྲུལ་ཁིང་ཁིན་པ་ཙམ་ཡིན་གྱི། མངོན་སུམ་གྱི་ཡུལ་དུ་བྱང་བ་མ་ཡིན་ཏེ།
སྐད་ཅིག་དང་པོ་དེ་གཉིས་པར་མི་སྟོན་པའི་ཕྱིར། མིག་ཤེས་ཀྱིས་སྟོན་པོར་མཐོང་
བཞིན་པའི་དོན་ཐམས་ཅད་ད་ལྷ་བ་ཡིན་པས་དེ་ལ་རྗེས་ཤེས་མེད་དོ། །མཐོང་
བའི་དོན་ནི། ད་ལྷ་བ་དང་རྗེས་ཤེས་ནི་མ་འོངས་པ་ཡིན་པས་དེ་གཉིས་གཅིག་
ཡིན་ན་གཅིག་ཤོས་དེ་ཡིན་པ་མི་སྟོན་པའི་འགལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན་གཞི་མཐུན་
པ་མེད་དོ། །

རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་ན། རིགས་རྒྱན་ཆོས་ཙན། མངོན་སུམ་གྱི་ཡུལ་མ་ཡིན་
པར་ཐལ། དེ་སྐད་ཅིག་མའི་རྒྱན་ཙན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡང་། མིག་ཤེས་ཀྱིས་མཐོང་
བཞིན་པའི་དོན་ཆོས་ཙན། དེ་ལ་རྗེས་ཤེས་མེད་དེ། དེ་ད་ལྷ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
ཡང་། མཐོང་བའི་དོན་དང་རྗེས་ཤེས་གཉིས་ཆོས་ཙན། དེ་གཉིས་གཞི་མཐུན་

མི་སྲིད་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་ཡིན་པ་མི་སྲིད་པའི་དངོས་འགལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
དོན་མདོར་བསྟུ་བར། 《རིགས་གཉིས་》ལས།

མདོན་སྒྲུམ་ཡིན་ཕྱིར་དུན་པ་མིན། །

རིགས་ནི་དབང་པོའི་ཡུལ་དུ་འགལ། །

མཐོང་ན་སྤྲི་བྱུང་པར་མེད། །

ངེས་པ་ཡོད་ན་མདོན་སྒྲུམ་མིན། །

འདྲ་བར་འཛིན་པ་རྟོག་པ་ཡིན། །

དེས་ན་མདོན་སྒྲུམ་བཅད་ཤེས་དང་། །

གཞི་མཐུན་རིགས་པ་ཤེས་པས་བཀག །

དེའི་དོན་ནི། ད་ལྟའི་སྒྲོ་དེ་མདོན་སྒྲུམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དུན་པ་མིན་ཏེ། དུན་པ་ནི་རྒྱས་འདས་པའི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པས་སོ། །རིགས་ཞེས་པ་སྐད་ཅིག་སྤྲི་བྱུང་གཅིག་དུ་ཆོགས་པ་ལ་བཏགས་པའི་མིང་ཞིག་ཡིན་སྟབས། དབང་པོའི་ཡུལ་དུ་མཐོང་བ་དང་འགལ་ལོ། ཡུལ་སྡོན་པོ་ལྟ་བུ་དང་པོར་མཐོང་བའི་སྡོན་པོ་དང་། གཉིས་པར་མཐོང་བའི་སྡོན་པོ་གཉིས་ལ། གཟུང་བའི་དོན་གསར་དུ་རྟོགས་པའི་ཆད་མ་ཡིན་མིན་གྱི་བྱུང་པར་མེད་དེ། དེ་དག་སྐད་ཅིག་རེ་རེ་བཞིན་ཡུལ་འགལ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྤྲི་མ་མདོན་སྒྲུམ་གྱི་ཡུལ་རྟོག་བྲལ་དང་། ཕྱི་མ་ངེས་པའི་ཡུལ་རྟོག་པ་དང་བཅས་པ་གཉིས་སྐད་ཅིག་སྤྲི་བྱུང་གཉིས་འདྲ་བར་འཛིན་པ་ནི་རྟོག་པ་ཡིན་པས་རང་མཚན་དང་འབྲེལ་བ་མེད་དོ། །དེས་ན་མདོན་སྒྲུམ་དང་བཅད་ཤེས་གཉིས་གཞི་མཐུན་དུ་ཡོད་རིགས་པ་ནི། སྒྲིགས་སྤང་དང་ཆོས་གྲགས་ནམས་ཀྱིས་ཤེས་པ་བརྒྱ་ཕྱག་གི་སྒྲོ་ནས་བཀག་ཟིན།

རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་ན། ད་ལྟ་མཐོང་བཞིན་པའི་སྒྲོ་དེ་ཆོས་ཅན། དུན་པ་མིན་ཏེ། དེ་མདོན་སྒྲུམ་མཐོང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དུན་པ་ནི་རྒྱས་འདས་པ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་། རིགས་རྒྱན་ཆོས་ཅན། མིག་དབང་གི་ཡུལ་དུ་མི་བྱུང་སྟེ། དེ་སྐད་ཅིག་མ་ཆོགས་པའི་རྒྱན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡང་། ཡུལ་རང་མཚན་མཐོང་བའི་ཤེས་པ་དེ་ཆོས་ཅན། ཁྱེད་སྐད་ཅིག་སྤྲི་བྱུང་དུ་མཐོང་ཡང་ཆད་མ་ཡིན་པ་ལ་བྱུང་

པར་མེད་དེ། དེ་གཟུང་དོན་གསར་དུ་རྟོགས་པའི་ཚད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྐད་
 ཅིག་སྐྱ་མ་དེ་འགག་པ་དང་ཕྱི་མ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དུལ་སྐྱ་ཕྱི་རིགས་
 འདྲ་བར་འཛིན་པའི་སྒོ་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་རང་མཚན་འཛིན་པའི་སྒོ་མིན་ཏེ། དེ་
 རྟོག་བཅས་ཀྱི་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡང་། མངོན་སུམ་དང་བཅད་ཤེས་གཉིས་
 ཆོས་ཅན། བྱིད་གཉིས་གཞི་མཐུན་ཡོད་པ་མི་སྲིད་དེ། དཔལ་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤང་པོས་
 བཀག་ཟིན་པའི་ཕྱིར། བརྟག་པ་མཐར་བཟུང་གི་སྒོ་ནས། ཁོ་ན་རེ། མངོན་སུམ་
 དེ་སྐད་ཅིག་ཁོ་ན་ལས་མེད་ན། འོ་ན་སོ་སོ་སྐྱེ་བའི་སྒོ་དོར་མངོན་སུམ་ཚད་མ་
 བཅས་ཡང་ཡོད་མི་སྲིད་དེ། སོ་སྐྱེས་སྒོ་ཡིས་སྐད་ཅིག་མ་མི་མཐོང་བའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་ན། སོ་སྐྱེ་ཆོས་ཅན། མངོན་སུམ་མི་སྲིད་པར་ཐལ། སོ་
 སྐྱེས་ཀྱིས་ཤིན་དུ་སྤྲ་བའི་སྐད་ཅིག་མ་མི་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དེའི་ལན་དུ།
 «རིགས་གཏེར་»ལས།

ཡུལ་དང་དབང་པོ་རྩལ་སྤྲ་རབ། །

ཆོགས་པའི་སྐད་ཅིག་ངི་སྟེད་ཀྱིས། །

ཐྱུང་བའི་རྣམ་ཤེས་གང་བསྐྱེད་པ། །

སོ་སོའི་སྐྱེ་བའི་མངོན་སུམ་ཡིན། །

དེའི་དོན་ནི། སོ་སྐྱེའི་དབང་པོའི་མངོན་སུམ་ནི་རྩལ་སྤྲ་རབ་རེ་རེ་ལ་མི་འབྲུག་
 གི་རྩལ་སྤྲ་རབ་དུ་མ་འདུས་པའི་ཡུལ་དང་། དབང་པོ་དང་། ཡིད་ལ་བྱེད་པ་
 ཆོགས་པའི་སྐད་ཅིག་ངི་སྟེད་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི། རང་མཚན་གཟུང་ཡུལ་དུ་བྱེད་
 པའི་ཐྱུང་བའི་རྣམ་ཤེས། མ་འབྲུལ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་སོ་སོའི་སྐྱེ་བའི་མངོན་
 སུམ་ཞེས་ཟེར་རོ། དེ་ནི་འཕགས་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་གཟིགས་
 པའི་མངོན་སུམ་དང་མིང་གཅིག་ལ་དོན་ཐ་དད་པའོ།

རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། ཡུལ་དང་དབང་པོའི་རྩལ་སྤྲ་རབ་ཆོགས་
 པའི་སྐད་ཅིག་ངི་སྟེད་དེ་ཆོས་ཅན། སོ་སྐྱེའི་མངོན་སུམ་ཡིན་ཏེ། དེས་རང་མཚན་
 གཟུང་ཡུལ་ཐྱུང་བའི་རྣམ་ཤེས་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན། རྩ་ཐིག་བསགས་
 པས་སུམ་པ་གང་བ་བཞིན་ནོ། །དོན་བཟུ་བ།

གྲངས་ཀྱི་དབྱེ་བཅུ་རི་སྟེང་པ། །
 རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བས་བྱས་པ་ཡིན། །
 རང་གི་དབྱེ་བཅུ་རི་སྟེང་པ། །
 དེ་ཡི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པར་བཞིན། །
 བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །

དེའི་དོན་ནི། དེ་སྒྲིབ་ཚན་མ་དང་ཚན་མིན་གྱི་སྒྲིབ་ཚན་ལས་རང་གི་དབྱེ་བ་
 རུང་བྱད་ཅམ་ཡོད་པ་ལ་བརྟེན་ནས། སྒྲིབ་རིག་ལྔ་སྐྱེས་དབྱེ་བ་ནི་མི་འཐད་དེ།
 ཚན་མའི་གཞུང་གི་རྩ་བའི་གྲངས་ཀྱི་དབྱེ་བཅུ་རི་སྟེང་པ་ཡོད་པ་དེ་དག་ནི་སྒྲིབ་
 རིགས་གཅིག་མི་གཅིག་གི་དབྱེ་བ་བྱས་པ་ཡིན་ལ། བྱེ་བྲག་རུ་དེའི་རང་གི་བྱད་
 བར་སྐབས་མེ་ཅམ་གྱི་དབྱེ་བ། རི་སྟེང་པ་ཡོད་པ་དེ་དག་ནི་རྩ་བའི་རིགས་གང་ཡིན་
 པ་དེའི་ཁོངས་སུ་བཅུ་དགོས་པར་དཔལ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས་བཞིན་དོ། །

རིགས་ལས་རུ་བཀོད་ན། ཚན་མ་དང་ཚན་མིན་གྱི་རྩ་བའི་དབྱེ་བ་རི་སྟེང་
 པ་ཆོས་ཅན། དེ་རང་གསལ་གྱི་དབྱེ་བ་དང་གཅིག་རུ་བསྐྱེ་མི་རུང་སྟེ། ཁྱོད་
 རིགས་སྒྲིབ་དབྱེ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱེ་བྲག་གི་དབྱེ་བ་རི་སྟེང་པ་ཆོས་ཅན།
 ཁྱོད་སྒྲིབ་ཁོངས་སུ་བཅུ་དགོས་ཏེ། དེ་རང་གསལ་གྱི་དབྱེ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ས་བཅད་གསུམ་པ། ས་བཅད་རང་བྱུགས་བཞག་པ།

《རིགས་གཏེར་》ལས།

མི་བསྐྱེ་མ་གྲུབ་ཚད་མ་མིན། །
 མ་རྟོགས་ལོག་རྟོག་ཐེ་ཆོམ་སྟེ། །
 ཚན་མའི་འགལ་ལྷན་ལ་གསུམ། །
 འཇུག་ཚུལ་སྒྲོ་ནས་བྱེ་བ་ཡིན། །
 རོ་བོའི་སྒྲོ་ནས་བཅུ་ན་གཅིག །

དེའི་དོན་ནི། ཚན་མ་མ་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད་གང་ཞིན། ཤེས་པ་གང་ལ་མི་
 བསྐྱེ་བ་མ་གྲུབ་པ་དེ་ཚན་མིན་གྱི་མཚན་ཉིད། རོ་ན་ཚན་མིན་གྱི་སྒྲིབ་ལ་དབྱེ་
 བ་ཅི་ཡོད་ཅེ་ན། སྒྲིབ་ལ་འཇུག་ཚུལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་བ། མ་རྟོགས་པ་དང་།

ལྷག་རྟོག་ བེ་ཚོམ་གསུམ་ནི་ཚད་མའི་འགལ་ལྷན་གྱི་པའི་དབྱེ་བ་གསུམ་ཡིན་
ལ། དེའང་གཏན་ཚིགས་མ་གྲུབ་པས་བསྐྱབ་བྱེད་ལ་མཐུ་མེད་པ་ལྟར་མ་རྟོགས་པ་
ལ་སློ་གང་དུའང་འཇུག་པའི་མཐུ་མེད། བྱུང་པར་མ་ངེས་པས་ཡིན་ནམ་མ་ཡིན་
སོམ་ཉི་མེད་པ་ལྟར་བེ་ཚོམ་གྱིས་གནས་ལུགས་ལས་མཐའ་གཞན་དུ་དོགས་པར་
བྱེད་པ། བྱུང་པ་འགལ་བས་གང་འདོད་དོན་མ་ཡིན་པ་དེ་བསྐྱབ་པ་ལྟར་ལྷག་
རྟོག་གིས་ཀྱང་གང་མ་ཡིན་པ་དེ་རྟོགས་པར་བྱེད་དོ། ཚུལ་གསུམ་ཚང་བའི་རྟགས་
ཡང་དག་ཡིན་ན། དེས་གང་འདོད་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱེད་དོན་དེ་སྐྱབ་པ་ལྟར་ཚད་མས་
དོན་གྱི་གནས་ཅི་བཞིན་དུ་རྟོགས་པར་བྱེད་དོ། དེས་ན་ཚད་མིན་གྱི་སློ་གསུམ་
པོ་དེ་བསྐྱེད་པའི་གཏན་ཚིགས་གསུམ་ནི། ཚོས་ཅན་ལ་རྟགས་མ་གྲུབ་པས་མ་
རྟོགས་པ་དང་། རྟགས་ཚོས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་མ་ངེས་པས་བེ་ཚོམ་དང་། རྟགས་ཚོས་
ཀྱི་འབྲེལ་བ་འགལ་བས། ལྷག་རྟོག་བསྐྱེད་པས་རྟགས་ལྟར་སྤང་གསུམ་ཞེས་བྱེད་
རོ་བོའི་སློ་ནས་བསྐྱེད་ན། ལྷག་རྟོགས་དང་བེ་ཚོམ་གཉིས་ཀྱང་མ་རྟོགས་པ་ཉིད་
ཡིན་པས་ཚད་མ་མ་ཡིན་པའི་སློ་གཅིག་དུ་འདུས་སོ།

རིགས་ལམ་དུ་བཀོད་ན། ཚད་མིན་གྱི་སློ་ཚོས་ཅན། འཇུག་ཚུལ་གྱི་སློ་ནས་
དབྱེ་བ་གསུམ་ཡོད་དེ། མ་རྟོགས། ལྷག་རྟོག་ བེ་ཚོམ་གསུམ་པོ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།
ཡང་། ཚད་མིན་གྱི་སློ་ཚོས་ཅན། རོ་བོ་མ་རྟོགས་པ་ཁོ་ནར་ངེས་ཏེ། ལྷག་
རྟོག་དང་། བེ་ཚོམ་གཉིས་དེའི་ཁོངས་གཏོགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཅིག་ མ་རྟོགས་པ་ནང་གསེས་དང་བཅས་པ།

《རིགས་གཏེར་》ལས།

དེ་དང་དེ་མིན་འཛིན་པས་སྟོང་།།

མ་རྟོགས་པ་ཡིན་དབྱེ་ན་གསུམ།།

མ་ཞུགས་པ་དང་མ་རྟོགས་དང་།།

རྟོགས་པར་གྱུར་ཀྱང་མ་རྟོག་པའོ།།

དེའི་དོན་ནི། མ་རྟོགས་པའི་སློའི་མཚན་ཉིད་གང་ཞེ་ན། ལུལ་དངོས་དེ་དང་
དེ་མིན་ཕྱིན་ཅི་ལྷག་དུ་འཛིན་པ་གཉིས་ཀས་སྟོང་པའི་སློ་དེ་མ་རྟོགས་པའི་མཚན་

ཉིད། དེ་ལ་དབྱེན་གསུམ་སྟེ།

དང་པོ། སྒྲོ་ཡུལ་ལ་མ་ཞུགས་ནས་མ་རྟོགས་པ་དཔེར་ན། ཚད་མ་སྤྱོད་མ་སྤྱོད་
མཁན་ལ་ཚུལ་གསུམ་གང་ཡིན་དྲིས་ཀྱང་མི་ཤེས་པ་ལྟ་བུ་དང་། སུམ་རྟགས་མ་
སྤྱོད་པ་ལ་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་དང་། སྟན་ངག་སྤྱོད་མ་སྤྱོད་མཁན་ལ་སྒྲ་རྒྱན་དང་
དོན་རྒྱན་དྲིས་ཀྱང་གང་ཡིན་མི་ཤེས་པ་ལྟ་བུ་རྣམས་སོ། །

གཉིས་པ། ཞུགས་ཀྱང་འཚོལ་བའི་བྱ་བ་མ་རྟོགས་ནས་མ་རྟོགས་པ་དཔེར་ན།
སྟན་པས་ནད་པ་ལ་བརྟག་དབྱད་བྱས་ཀྱང་ཙུལ་བརྟག་པ་དང་། ཚུལ་བརྟག་པ།
འཕྱུལ་ཆས་ཀྱིས་བརྟག་པ། བད་པ་ལ་སྤྲོད་ཆ་འདྲི་བ་སྐྱེས་ཀྱི་བརྟག་ཐབས་སྟེ་
ཚོགས་པ་རྣམས་མ་རྟོགས་པས་མ་རྟོགས་པ་སྟེ། བད་གང་ཞེས་དྲིས་ན། ད་རུང་
དབྱད་དགོས་ཞེས་ལན་འདེབས་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །

གསུམ་པ། འཚོལ་བའི་བྱ་བ་རྟོགས་ཀྱང་མ་རྟོགས་ནས་མ་རྟོགས་པ་ལ་ཡང་
ནང་གསེས་ཀྱི་དབྱེ་བ་གསུམ་ཡོད་དེ། ① རྟོགས་བྱའི་ཡུལ་མེད་ནས་མ་རྟོགས་པ་
བཅད་ཤེས་ལྟ་བུ་ཞེས་ས་པའ་ཀྱིས་དཔེར་བརྟོག་གནང་བ་འདྲིའི་ཞོར་དུ་བཅད་
ཤེས་ཡོད་པ་ནས་ཏན་ཀྱིས་བཀག་པར་འདྲ། ཡང་དཔེར་ན། རུས་སྐལ་གྱི་སྤྱི་
རིང་ཐུང་། རི་བོང་རུའི་ཡང་ལྷིད་ལྟ་བུ་དབྱད་ཀྱང་མ་རྟོགས་པ་བོད་ཀྱི་ཡོངས་
གཤམ་གྱིས་བཤད་སྟོལ་ལྟ་བུ་དང་། དག་པོ་རང་མཚན་པ་དང་། གྲོགས་པོ་རང་
མཚན་པ་དབྱད་ཀྱང་མ་རྟོགས་པ་ཚད་མའི་རིགས་ལམ་ལྟ་བུ་ལོ། ② རྟོགས་བྱེད་སྒྲོ་
བསྐྱེད་ནས་གཞན་སེལ་གྱི་ངོར་མ་རྟོགས་པ་ནི། སོར་སྒྲུའི་སྒྲོ་ངོར་མའི་གཟུགས་
འཛིན་པའི་ཆོ། མའི་གཟུགས་ཐུང་གི་སྟེང་ན་ཡོད་པའི་སྤྲོད་ཅིག་མའི་འཕྱར་བ་
དང་། འདུས་བྱས་ཡིན་པ་རྣམས་མི་རྟོགས་པ་ལྟ་བུ་ལོ། ③ ཤེས་བྱེད་ཀྱི་ཡུལ་མ་
ཡིན་ནས་མ་རྟོགས་པ་ནི། ཚུར་མཐོང་གི་ངོར་ཡུལ་དུས་རང་བཞིན་གྱིས་བསྐལ་
པའི་དངོས་པོ་རྣམས་མ་རྟོགས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ།

དཔེར་ན། ཡུལ་གྱིས་བསྐལ་པས་མ་རྟོགས་པ་ནི། དེ་རིང་ཨ་རིའི་རྒྱུ་ལོ་
གྲོང་ཁྱིམ་གྱི་རྣམ་པ་དང་གནམ་གཤིས་ལ་དབྱད་ཀྱང་གང་ལྟར་ཡོད་པ་མ་རྟོགས་
པ་ལྟ་བུ།

དུས་ཀྱིས་བསྐལ་པས་མ་རྟོགས་པ་ནི། སྔོན་གྱི་དུས་སུ་ཆོས་རྒྱལ་སྲོང་བཙན་
སྐམ་པོ་སྐྱེས་པའི་ཉིན་དེ་གནམ་གཤིས་རི་ལྟར་ཡིན་པ་ད་ལྟ་དཔུང་ཀྱང་མི་རྟོགས་
པ་དང་། མ་འོངས་པའི་ལོ་2020ལོར་ལྷ་སའི་གོང་ཁྱིམ་གྱི་རྒྱམ་པ་རི་ལྟར་ཡོད་པ་
ད་ལྟ་དཔུང་ཀྱང་མི་རྟོགས་པ་ལྟ་བུ།

རང་བཞིན་གྱི་བསྐལ་པས་མ་རྟོགས་པ་ནི། མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་ནད་གྱི་རྒྱར་
ཀྱར་པའི་སྲིན་འབྲུ་ཕ་མོ་ཡོད་མེད་བརྟག་ཀྱང་མི་རྟོགས་པ་དང་། ཆོས་ལུགས་
པའི་དབང་དུ་བྱས་ན། མདུན་གྱི་ཅག་ཅེད་ཐོག་དུ་ད་ལྟ་ལྟ་འདྲེ་ཡོད་མེད་བརྟག་
ཀྱང་མི་རྟོགས་པ་ལྟ་བུ་རྒྱུ་རྒྱུ་སོ། །འདི་དག་ཐེ་ཆོམ་དང་ལོག་ཤེས་ལའང་ཡོད་པ་
མི་མཚུངས་སོ་ཞེ་ན། གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་ཐེ་ཆོམ་དང་ལོག་ཤེས་རྒྱུ་རྒྱུ་ཀྱང་
མདོར་བསྟུས་ན་མ་རྟོགས་པའི་འོངས་སུ་བསྟུ་དགོས་ཤེས་གསུངས་སོ། །

གཉིས། ལོག་ཤེས་ནི།

《རིགས་གཏེར་》ལས།

དེ་འཛིན་པ་ལ་དེ་མིན་གྱིས། །

གནོད་པ་ལོག་ཤེས་དབྱེ་ན་གཉིས། །

རྟོག་པ་དང་ནི་རྟོག་མེད་དེ། །

སོ་སོར་བྱེ་ན་རྒྱམ་པ་ལ། །

ལོག་ཤེས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་གང་ཞེ་ན། ལུལ་དེར་འཛིན་པ་ལ་དེ་མིན་པ་གཞན་
ཡིན་པའི་ཆོད་མ་གཞན་གྱིས་གནོད་པ་ཡོད་པའི་སྒོ་ལོག་ཤེས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད། དེ་
ལ་དབྱེ་ན་རྟོག་པ་ལོག་ཤེས་གསུམ་དང་། རྟོག་མེད་ལོག་ཤེས་གཉིས་བཅས་ནང་
གསེས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལྟ་ཡོད་པ་རེད།

དང་པོ་རྟོག་པ་ལོག་ཤེས་ལ། ① རྒྱམ་པ་ལ་ལོག་པར་རྟོག་པ་ཐག་ཁྲ་སྒྲིང་བ་
ལ་སྒྲུལ་དུ་འབྲུལ་བ་ལྟ་བུ་དང་། ②དུས་ལ་ལོག་པར་རྟོག་པ་ད་ལྟ་མཐོང་བཞིན་
པའི་ཨ་མ་དེ་ཁ་སང་གི་ཨ་མ་དང་གཅིག་དུ་འབྲུལ་བའི་སྒོ་ལྟ་བུ། ③ལུལ་ལ་ལོག་
པར་རྟོག་པ་དངོས་པོ་བྱེ་བྱག་པ་མཐོང་བ་དེ་དང་དེའི་སྒྱིར་འབྲུལ་པ་སྟེ། དཔེར་
ན། ཁང་ཕྱག་གི་བུ་མ་པ་ལ་སྟོ་སྟེའི་བུ་མ་པར་འཛིན་པ་སྟེ། སྒྱི་འདྲ་བའི་ཆ་ནས་

གཅིག་མ་ཡིན་པ་ལ་གཅིག་ཏུ་འཛིན་པ་ལྟ་བུ། སྒྲོབ་ཁང་ནང་གི་རྒྱབ་བཀྱག་
མཐོང་བ་དང་། སྒོ་ལ་ཉལ་ཁང་ནང་གི་རྒྱབ་བཀྱག་དང་གཅིག་ཡིན་པར་འཛིན་
པའི་སྒོས་འདི་ནི་རྒྱབ་བཀྱག་རེད་སྟེ་ལ། ཡུལ་མི་འདྲ་བའི་རྒྱབ་བཀྱག་གཉིས་
གཅིག་མ་ཡིན་པ་ལ་གཅིག་ཏུ་འཛིན་པའི་སྒོ་ལྟ་བུའོ།

གཉིས་པ་རྟོག་མེད་ལོག་ཤེས་ལ། ① དབང་ཤེས་འབྲུལ་ནས་ལོག་རྟོག་སྐྱེས་
པ། དཔེར་ན། ལྷ་བ་གཉིས་སྤང་གི་སྒྲོ་དང་། ② ཡིད་ཤེས་འབྲུལ་ནས་ལོག་རྟོག་
སྐྱེས་པ། དཔེར་ན། མི་ལམ་སྤང་བའི་ཤེས་པ་ལྟ་བུ་གཉིས་སོ།

གསུམ། ཐེ་ཚོམ་ནི།

《རིགས་གཏེར་》ལས།

དེར་འཛིན་ན་ཡང་དེ་མིན་སྲིད། །

ཐེ་ཚོམ་ཉིད་ཡིན་དཔྱེན་གཉིས། །

མཛོན་གྱུར་བ་དང་བག་ལ་ཉལ། །

ཆ་མཉམ་པ་དང་ཤས་ཆེར་འཛིན། །

ཐེ་ཚོམ་གྱི་མཚན་ཉིད་གང་ཞེ་ན། ཡུལ་དེར་ཡིན་པར་འཛིན་ན་ཡང་དེའི་བྱེད་
པ་མ་ཉམས་བཞིན་ཏུ་དེ་མིན་ཏུ་འཛིན་པའི་འཛིན་སྤངས་སྲིད་པའི་སྒོ་དེ་ཐེ་ཚོམ་
གྱི་མཚན་ཉིད། ཚད་མ་སྤྲུལ་བས་པས། རང་ཡུལ་ལ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་ཆེ་གཉིས་སུ་
འབྱུག་པའི་རྩ་ཉན་དེ་ཐེ་ཚོམ་གྱི་མཚན་ཉིད། ཅེས་ཟེར། ཐེ་ཚོམ་ལ་དཔྱེན་གཉིས་
ཏེ། མཛོན་གྱུར་གྱི་ཐེ་ཚོམ་དང་། བག་ཉལ་གྱི་ཐེ་ཚོམ་སོ། ① མཛོན་གྱུར་ལ་
ནང་གསེས་གྱི་དཔྱེན། a ཆ་མཉམ་པའི་ཐེ་ཚོམ་སྟེ། དཔེར་ན། སྤན་འདི་
ཐོས་ན་ནད་འདི་དྲག་ཡོང་ངམ་མི་ཡོང་སྟེ་ལ་ལྟ་བུ་ཐེ་ཚོམ་ཆ་མཉམ་པ་དང་།
b ཤས་ཆེར་འཛིན་པའི་ཐེ་ཚོམ་ནི། སྤན་འདི་ཐོས་ན་ནད་འདི་ཕལ་ཆེར་དྲག་
འགོ་གི་རེད་སྟེ་ལ་ལྟ་བུ་དོན་འགྱུར་གྱི་ཐེ་ཚོམ་དང་། ཕལ་ཆེར་དྲག་གི་མ་རེད་སྟེ་ལ་
ལྟ་བུ་དོན་མི་འགྱུར་གྱི་ཐེ་ཚོམ་ཟེར། དོན་འགྱུར་ཞེས་པ་ཕལ་ཆེར་དོན་དང་
མཐུན་པར་ཡོད་པ་དང་། དོན་མི་འགྱུར་ཞེས་པ་ཕལ་ཆེར་དོན་དང་མི་མཐུན་
པར་གནས་པའི་དོན་ཡིན། ② བག་ཉལ་གྱི་ཐེ་ཚོམ་ནི། དཔེར་ན། མྱོངས་དང་

ལྟ་བུ་ལྟེ། ཡུལ་གང་ཞིག་ལ་ཡིད་ཆེས་ཐོབ་པ་དེ། གྲགས་པ་ལྟ་བུའི་རྒྱ་མཚན་ཉི་ཚོ་
བ་ཞིག་གིས་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་ཡིད་ཆེས་པ་ཙམ་ལས། ཉགས་དང་གཏན་
ཚིགས་ལ་བརྟེན་ནས་ཐོབ་པ་མ་ཡིན་པས་ན། ཞིབ་ཏུ་དཔྱད་ན་མཐའ་གཅིག་ཏུ་
ཡིད་ཆེས་ཐོབ་མེད་པའི་སྒྲི་ཡིན། འོན་པ་ལྟར་བ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

ཚད་མའི་ཤེས་པ་གཉིས་པོ་ཡང་། །

རང་རིག་ཚད་མ་ཁོ་ནར་འདུས། །

ཚད་མ་མིན་པ་གསུམ་པོ་ཡང་། །

མ་རྟོག་པ་ལས་དོན་གཞན་མིན། །

དེའི་དོན་ནི། མདོར་བསྡུས་ན། ཚད་མའི་ཤེས་པ་མདོན་སུམ་དང་རྗེས་དཔག་
གཉིས་པོ་དེ་དོན་ཏུ་ཡུལ་ཅན་རང་རིག་ཚད་མ་ཁོ་ནར་འདུས་ཞིང་། མ་རྟོགས་པ་
དང་། ལོག་རྟོག་ ཟེ་ཚོམ་སྟེ་ཚད་མ་མིན་པ་གསུམ་པོ་ཡང་མདོར་བསྡུས་ན་མ་
རྟོགས་པ་ལས་དོན་གཞན་མིན་པ་ཤེས་པར་བྱའོ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྡུ་བའི་ཚིགས་
སུ་བཅད་པའོ།

བསྐྱར་སྒྲོབ་གི་ཁ་བྱང་།

- ༡ སྒྲོབ་ལ་མ་ངེས་པ་ཚད་མའི་སྒྲོ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན།
- ༢ ཞིབ་དུ་དབྱད་ན་བཅད་ཤེས་དེ་སྒྲོ་རིག་གང་གི་ཁོངས་སུ་འདུག།
- ༣ མངོན་སུམ་བཅད་ཤེས་མི་སྲིད་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན།
- ༤ རིགས་རྒྱན་དབང་པོའི་ཡུལ་དུ་མཐོང་བ་དང་འགལ་བའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན།
- ༥ སོ་སྒྲུལ་མངོན་སུམ་མི་མཐོང་བར་ཐལ་བའི་དགག་ལན་ངེ་ལྟར་བཀོད་འདུག།
- ༦ འབྲུག་ཚུལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་བའི་ཚད་མིན་གྱི་སྒྲོ་གསུམ་གང་ཡིན།
- ༧ མ་རྟོགས་པའི་དབྱེ་བ་གསུམ་པོ་གང་ཡིན།
- ༨ ལོག་རྟོག་གི་དབྱེ་བ་གཉིས་གང་ཡིན།
- ༩ ཐེ་ཚོམ་གྱི་དབྱེ་བ་གསུམ་གང་ཡིན།

སྤྱི་བཤད་པ་ལྟེན་གཉིས་པ།
 སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གི་དབྱེ་བ་བཤད་པ།

ས་བཅད་དང་པོ། རང་མཚན་དང་སྤྱི་མཚན་འཛིན་སྤངས་བཤད་པ།

སྤྱི་བཤད་པ། 《རིགས་གཉེར་》ལས།

རང་མཚན་འཛིན་པ་རྟོག་མེད་དེ། །
 སྤྱི་མཚན་འཛིན་པ་རྟོག་པ་ཡིན། །
 དེ་ལ་རང་མཚན་དངོས་པོ་སྟེ། །
 སྤྱི་ནི་དངོས་པོར་གྲུབ་པ་མེད། །
 རྣམ་དང་ཕྱོག་པ་སྤྱི་བྱེ་བྲག་ །
 སྤྱི་བ་དང་གཞན་སེལ་རྟོག་མི་རྟོག་ །
 གཞན་དག་ནམ་གཞག་གཞན་དུ་འཆད། །
 ཁོ་པོ་གཞུང་བཞིན་འཆད་པར་འདོད། །

དེའི་དོན་ནི། སྤྱི་ཡུལ་ལ་འཇུག་ཚུལ་གྱི་སྟོན་ནས་བཤད་ན། ཡུལ་རང་མཚན་
 འཛིན་པའི་ཤེས་པ་ནི་རྟོག་མེད་ཡིན་ལ། ཡུལ་སྤྱི་མཚན་འཛིན་པའི་ཤེས་པ་ནི་
 རྟོག་བཅས་ཀྱི་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ། དེ་ལ་རང་མཚན་ནི་རྣམ་སྤྱི་གྲུབ་པའི་དངོས་པོ་
 ལ་ཟེར་ཞིང་། སྤྱི་ནི་རྟོག་དོར་སྤངས་བའི་ཆོས་ལས་རྣམ་སྤྱི་གྲུབ་པའི་དངོས་པོ་
 མེད་དོ།

རྣམ་དང་ཕྱོག་པ། སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་། སྤྱི་བ་པ་དང་གཞན་སེལ། རྟོག་པ་དང་
 རྟོག་མེད་འདི་དག་ལ་ཐོད་གྱི་མཁས་པ་གཞན་ནམས་ཀྱིས་ ནམ་གཞག་མི་འདྲ་བ་
 གཞན་དུ་འཆད་དེ། དེ་དག་རེས་འགའ་མཚུངས་པ་ལྟར་འཆད། རེས་འགའ་མི་
 མཚུངས་པ་ལྟར་འཆད། རེས་འགའ་སྟོ་ཆོས་ལྟར་འཆད། རེས་འགའ་དོན་ཆོས་
 ལྟར་འཆད། རེས་འགའ་སྤྱི་སྤྱི་བ་པ་ལྟར་བྱེད། རེས་འགའ་སྤྱི་འགོག་པ་ལྟར་བྱེད་པ་

སོགས་ནམ་རྒྱུ་གཏིང་ཚུགས་པ་མ་མཐོང་ངོ་། ཁོ་པོ་ནི་སྤར་བཤད་པ་ལྟར་གྲུབ་
མཐའ་གཏིང་ཚུགས་པར་སྒྲི་ཏྲེ། དཔལ་ཚོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་གཞུང་ཏུ་བསྟན་པ་
བཞིན་ཏུ་རྩལ་དང་སྒྲི་ཡུལ། རྒྱུ་པ་དང་རྒྱུ་མེད་སྒྲི། སྤར་བ་དང་སེལ་བ་འཛིན་
སྤངས་སུ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་འཆད་པར་འདོད་དོ།

རིགས་ལམ་ཏུ་བཀོད་ན། རྩལ་དང་ལྷོག་པ། སྒྲི་དང་བྱེ་བྲག་ སྒྲུབ་པ་དང་སེལ་
པ། རྒྱུ་པ་དང་རྒྱུ་མེད་ནམས་ཚོས་ཅན། བོད་སྤར་བས་པ་གཞན་གྱི་ནམ་
གཞན་དེ་དག་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཚོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་དགོངས་དོན་ལས་གཞན་
ཏུ་གྱུར་པའི་ཕྱིར། རྒྱུ་པ་མ་གྲུབ་ཟེར་ན། ཚོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་དགོངས་དོན་ལས་
གཞན་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན་ཏེ། བྱོད་ལྷོག་པ་རྩལ་ཚོས་སུ་འདོད་པའི་ཕྱིར། ལྷོག་ཏྲེ།
ལྷོག་པ་རྩལ་ཚོས་སུ་འདོད་པ་ཚོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་དགོངས་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ས་བཅད་གཉིས་པ། རྩལ་ལྷོག་དོན་ལ་གྲུབ་པར་འདོད་པ་དགག་པ།

《རིགས་གཏིང་》ལས།

རྩལ་དཔག་དངོས་པོར་མི་འཛིན་པས། །

དེ་ལ་རྩལ་ཚོས་འཐད་མ་ཡིན། །

སེལ་བ་ཡིན་ཕྱིར་རྩལ་དཔག་ནི། །

ལྷོག་པའི་སྒྲི་ནས་བསྐྱབ་པར་བཞེད། །

དེའི་དོན་ནི། རྩལ་དཔག་གི་གཞུང་ཡུལ་ཡིན་ན་རྩལ་དངོས་པོར་མི་འཛིན་པ་
ཡིན་པས་དེའི་ཡུལ་ལ་རྩལ་ཚོས་འཐད་པ་མ་ཡིན། གལ་ཏེ་འཐད་ན་བྱུང་པའི་
སྤང་ན་བྱས་པ་དང་། མི་རྒྱལ་པ་རྩལ་ཐ་དད་ཏུ་མེད་པས་བྱས་པ་རྒྱུ་ན་མི་རྒྱལ་
པ་ཡང་རྒྱུ་པར་ཐལ་ལོ། རྒྱུ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་གི་གཞལ་བྱ་འཇལ་བའི་
ཚུལ་ནི་སེལ་བའི་སྒྲི་ནས་འཇུག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྩལ་དཔག་ནི་ལྷོག་པ་ཏྲེ། ཡུལ་
གང་ཞིག་ནམ་པ་བཅད་པའི་སྒྲི་ནས། རང་གི་གཞལ་བྱ་བསྐྱབ་པར་མཁས་པ་
ནམས་བཞེད་དོ།

རིགས་ལམ་ཏུ་བཀོད་ན། རྩལ་དཔག་ཚོས་ཅན། བྱོད་ཀྱི་དངོས་ཡུལ་དེ་ལ་རྩལ་
ཚོས་འཐད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བྱོད་ཀྱིས་དངོས་པོ་སྤར་ནས་མི་འཛིན་པའི་ཕྱིར།

ཡང་། རྗེས་དཔག་ཚུལ་ཅན། རྟོག་པའི་སྒྲོ་ནས་རང་མཚན་རྟོགས་པ་ཡིན་ཏེ།
རང་ཡུལ་ལ་སེལ་བའི་སྒྲོ་ནས་འཇུག་པ་ཡིན་པའི་བྱིར།

གོང་གི་ཚ་ཆོག་གི་འགྲེལ་བཤད། 《ཆོད་མ་རིགས་གཏེར་གྱི་འགྲེལ་པ་སྡེ་
བརྒྱན་གསལ་བའི་སྒྲོ་ན་མེ་》 ལས། “གོང་གི་དོན་ཁྱིལ་འདྲིལ་ན། རྗེས་ནི་དོན་ལ་
ཀྱུབ་པ་ཡིན་ལ། རྟོག་པ་ནི་སྒྲོས་བཏགས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་པར་མ་སྤྱོད་བར།
རྟོག་པ་དོན་ལ་ཡོད་པར་འདོད་པ་དེ་མི་འཐད་དེ། རྗེས་དཔག་ནི་དངོས་པོར་
འཛིན་པའི་ཡུལ་ཅན་མ་ཡིན་པས། དེའི་ཡུལ་ལ་རྗེས་སུ་ཀྱུབ་པའི་ཚུལ་ཡོད་པ་མི་
སྤྱིད་པའི་བྱིར། དེས་ན་ཤིང་མིན་ལས་རྟོག་པའི་ཆ་ལ་ཤིང་ཞེས་བཏགས་པ་ལྟ་བུ་
འཛིན་པའི་ཡུལ་ཅན་རྗེས་དཔག་ནི། རིགས་མི་མཐུན་གཞན་སེལ་བའི་སྒྲོ་ནས་
འཇུག་པ་ཡིན་ནོ། །”ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

ས་བཅད་གསུམ་ལ། སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གི་རྟོགས་རྒྱལ་བྱད་པར་བཤད་ལ།
《རིགས་གཏེར་》ལས།

གཞན་དང་རང་གི་དངོས་པོ་ལས། །

རྟོག་པར་བྱེད་པ་སྤྱི་བྱེ་བྲག །

ཐད་ཀ་དང་ནི་གོང་མ་ཡི། །

སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གཉིས་གཉིས་ཡོད། །

ཐད་ཀའི་བྱེ་བྲག་རྗེས་ཐ་དད། །

གོང་མའི་བྱེ་བྲག་གཅིག་པ་བཀག།

དེའི་དོན་ནི། སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གི་ས་སྤོང་མཚན་ཉིད་ནི། ཐ་དད་ལ་གཅིག་
འཛིན་གྱི་སེལ་ངོར་རིགས་མི་མཐུན་གཞན་ལས་རྟོག་པ་སྤྱིའི་མཚན་ཉིད། དཔེར་
ན། སྤྱོད་པ་འཛིན་པའི་སྤྱི་བྱུལ་པ་ལྟ་བུ། སེལ་ངོར་རང་དང་རིགས་མཐུན་གྱི་
དངོས་པོ་ལས་ཀྱང་རྟོག་པ་བྱེ་བྲག་གི་མཚན་ཉིད། དཔེར་ན། སྤྱོད་པ་བྱེ་བྲག་
ཏུ་འཛིན་པའི་རྗེས་སུ་ལྟ་བུའོ། །

ཐད་ཀའི་སྤྱི་བྱེ་བྲག་ཅས་པ་ནི་རྗེས་རིགས་མི་འདྲ་བའི་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་ལ་ཟེར་
བ་སྟེ། དཔེར་ན། རྗེས་སུ་དང་། གསེར་བྱུང་ལ་སོགས་པ་རྗེས་ཐ་དད་པའི་བྱེ་

བྲག་ཆམས་ལ་ཐད་ཀའི་བྱེ་བྲག་ཅིས་ཟེར། དེའི་སྒྱི་ནི་རྩལ་ཐ་དད་པ་རྩ་བུམ་དང་གསེར་བུམ་སོགས་ཀྱི་སྒྱི་བུམ་པ་དེ་ལ་ཐད་ཀའི་སྒྱི་ཞེས་ཟེར། བོང་མའི་སྒྱི་དང་བྱེ་བྲག་ཅིས་པ་ནི། བོང་མའི་བྱེ་བྲག་ཅིས་པ་ནི་རུས་ཐ་དད་པའི་རྩལ་གྱི་དངོས་པོའི་སྒྱི་དང་བྱེ་བྲག་ལ་ཟེར་བ་སྟེ། དཔེར་ན། རྩ་བུམ་སོགས་བུམ་པ་བྱེ་བྲག་པ་གཅིག་ཉིད་སྒྲིབ་ཅིག་ད་ལྟ་བ་དངོས་པོ། འདས་པ་འགག་པ། མ་འོངས་པ་མ་སྐྱེས་པ་ཆམས་ནི་རུས་ཀྱི་རྩལ་ཐ་དད་པའི་བྱེ་བྲག་པ་ཆམས་ཡིན་ལ། རྩ་བུམ་ལྟ་བུ་དེའི་སྒྱི་ལ་བོང་མའི་སྒྱི་ཞེས་ཟེར་རོ།

ཐད་ཀའི་བྱེ་བྲག་ནི་རྩལ་ཐ་དད་པ་ལས་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར་རྩལ་ཐ་དད་པ་ཡིན་ལ། བོང་མའི་བྱེ་བྲག་ནི་རྩལ་རྩལ་གཅིག་ཡིན་ཀྱང་རུས་ལ་ལྟོས་པས་ན་འདས། མ་འོངས། ད་ལྟ་ཆམས་ཐ་དད་པས་གཅིག་ཡིན་ན་གཅིག་ཤོས་ཡིན་པ་འགལ་བས་གཅིག་པ་བཀག་པའི་ཐ་དད་ཡིན་ནོ།

གཅིག་ |རིགས་པའི་སྒྲོ་ནས་རྩལ་ཐ་དད་དགག་པ།

《རིགས་གཏེར་》ལས།

ཁ་ཅིག་ཐ་དད་ཡིན་ཞེས་ཟེར།

ཐ་དད་སྒྲིབ་རུང་མེད་པས་ཁིགས།

དེའི་དོན་ནི། ལུ་སྟེགས་བྱེ་བྲག་པ་ལ་སོགས་ཁ་ཅིག་གིས་སྒྱི་དང་བྱེ་བྲག་ཆམས་རྩལ་ཐ་དད་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར། དེའི་ལན་རུ། རང་གི་གསལ་བ་སྟེ་བྱེ་བྲག་ཆམས་ལས་སྒྱི་དེ་དངོས་པོ་ཐ་དད་པ་ཞིག་ཡིན་ན། སྒྲིབ་རུང་རུང་དགོས་པ་ལས་སྒྲིབ་རུང་རུང་མེད་པས་སྒྱི་ལ་རྩལ་ཡོད་པ་ཁིགས་སོ།

རིགས་ལས་རུ་བཀོད་ན། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། གསལ་བ་ལས་རྩལ་ཐ་དད་པའི་སྒྱི་མེད་པར་ཐལ། དེ་ཡོད་ན་ཚད་མ་ལ་སྒྲིབ་རུང་བ་གང་ཞིག་ |དེ་ཚད་མས་དམིགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན། རི་བོང་གི་རུ་བཞིན་ནོ།

གཉིས། རྩལ་གཅིག་རུ་འདོད་པ་དགག་པ་ལ།

(1) སྒྱི་གཅིག་བྱེ་བྲག་རུ་ཐ་དད་གཅིག་པ་དགག་པ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

ལ་ལས་རྣམས་གཅིག་ཡིན་ཞེས་ཟེར། །

རྣམས་གཅིག་ཡིན་ནའང་སྤང་རུང་མིན། །

དེའི་དོན་ནི། ལྷ་སྟེགས་གངས་ཅན་པ་རྣམས་ནི། རུས་པའི་སྒྲིབ་དེ་རྩ་བུམ་ལ་སོགས་པའི་བྱེ་བྲག་ཐམས་ཅད་ལ། མེ་དང་མེའི་ཆ་བ་ལྟར་རྣམས་གཅིག་ཏུ་ཡོད་དོ་ཞེས་ཟེར། དེ་དང་མཐུན་པ་གངས་ཅན་པ་ཁ་ཅིག་གིས་ཀྱང་ཤིང་གི་བྱེ་བྲག་རྣམས་ཤིང་ཅམ་ཞེས་པའི་སྒྲིབ་དང་རྣམས་གཅིག་པར་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེའི་ལན་ཏུ།

[[དང་པོ]] སྤང་རུང་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་བཀག་པ། སྒྲིབ་དང་བྱེ་བྲག་རྣམས་གཅིག་ཡིན་ནའང་། བྱེ་བྲག་དང་རོ་བོ་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན་བྱེ་བྲག་སྤང་བའི་ཆོ་སྒྲིབ་དེ་ཡང་སྤང་དགོས་པ་ཞིག་རེད། འོན་ཀྱང་འདིར་བྱེ་བྲག་སྤང་ཡང་སྒྲིབ་སྤང་རུ་མི་གནས་པས་ན་སྒྲིབ་ཀྱི་རྣམས་གཅིག་ཡིན་པ་མི་འཐད་དོ། །

[[གཉིས་པ]] རྣམ་པ་རྟགས་ནས་དགག་པ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

ཡུལ་རུས་རྣམ་པ་འགལ་བ་ཡི། །

བྱེ་བྲག་སྒྲིབ་གཅིག་དང་འབྲེལ་ན། །

སྒྲིབ་འཛིག་རོ་བོ་གཅིག་ཏུ་འགྱུར། །

མིན་ན་གཅིག་ལ་ཆ་གཉིས་འགལ། །

དེའི་དོན་ནི། ཡུལ་ཐ་དད་པ་ཤར་རུབ་ལ་སོགས་པ་དང་། རུས་ཐ་དད་པ་འདས་མ་འོངས་ད་ལྟའི་རུས་རྣམས་དང་། རྣམ་པ་ཐ་དད་པ་ཕྱ་སྒྲིམ་དང་། རིང་ཐུང་ལ་སོགས་པ། བཀ་ཚུན་འགལ་བའི་ཆོས་ཅན་གྱི་བྱེ་བྲག་རྣམ་པ་མང་པོ་ཡོད་པ་དེ་དག་རང་གི་སྒྲིབ་གཅིག་དང་རོ་བོ་དབྱེར་མེད་འབྲེལ་བ་ཡིན་ན། འོ་ན་ཡུལ་རུས་རྣམ་པ་ཐ་དད་པའི་ཤིང་ལ་སོགས་པ་རྣམས་སྒྲིབ་འཛིག་རོ་བོ་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་ཏེ། ཐོད་རུ་ཤིང་སྒྲིབ་འཛིག་ཙམ་རི་དང་། ཡོ་རོབ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་ཐམས་ཅད་ལ་ཤིང་སྒྲིབ་དགོས་པ་དང་། ཐོད་རུ་ཤིང་གཙོད་པའི་ཆོ་སྒྲིབ་གཞན་གྱི་ཤིང་ཡང་ཆད་དགོས་པ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲིབ་བབས་སོ། །

ཡང་། བྱེ་བྲག་གི་མི་བཀྲ་ཤིས་སྒྲིབ་འཛིག་རུས་སུ་མི་ཐམས་ཅད་སྒྲིབ་དགོས་པ་

དང་། མི་བྱེ་བྲག་པ་བཀྲ་ཤིས་འཆི་བའི་ཆོ་མི་ཐམས་ཅད་འཆི་དགོས་པ་སོགས་
 གྱི་སྒྲོན་མང་པོ་འབྱུང་ངོ་། །དེ་ལྟར་མིན་ན་ངོ་བོ་གཅིག་ལ་སྒྲིས་མ་སྒྲིས་གཉིས་
 དང་། འཆི་མ་འཆི་གཉིས་ཀྱི་ཆ་ཡོད་པ་འགལ་ལོ། །

[[གསུམ་པ]] ཏ་ཅང་ཐལ་བས་བཀག་པ། ① ཡན་ལག་ཅན་མི་ཁྱེད་ས་
 པ་ཐལ་བའི་སྒྲོན་རྩ་འབྱུར་བ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

སྒྲི་དང་བྱེ་བྲག་རྣམས་གཅིག་ན། །

ཡན་ལག་ཅན་ཡང་རི་ལྟར་དགག། །

དབང་པོ་འང་རྟོག་བཅས་ཉིད་རྩ་ཐལ། །

འགལ་བ་ཀྱན་ཀྱང་རྣམས་གཅིག་འབྱུར། །

དེའི་དོན་ནི། སྒྲི་དང་བྱེ་བྲག་རྣམས་གཅིག་ཡིན་ན་འོ་ན་ཡན་ལག་དང་ཡན་
 ལག་ཅན་གཉིས་ཀྱང་རྣམས་གཅིག་ཡིན་ཟེར་ན་རི་ལྟར་དགག། །དེ་ལྟར་འདོད་ན།
 ལུས་ཀྱི་ཡན་ལག་སྤྱོད་མོ། མཛུབ་མོ་གང་ཞིག་འབྱུལ་བའི་ཆོ་ལུས་རིལ་པོ་འབྱུལ་
 དགོས་ཏེ། འབྱུལ་བའི་མཛུབ་མོ་དང་ལུས་ཡོངས་རྣམས་གཅིག་ཡིན་པའི་སྒྲིར་ཞེ་ན་
 ཅི་སྒྲི། ② དབང་ཤེས་རྟོག་བཅས་སུ་ཐལ་བའི་སྒྲོན་རྩ་འབྱུར་བ། གཞན་ཡང་
 བྱེ་བྲག་གཟུགས་རང་མཚན་པ། འཛིན་པའི་དབང་པོ་འང་སྒྲི་འཛིན་པའི་རྟོག་
 བཅས་ཉིད་རྩ་ཐལ་ཏེ། སྒྲི་དང་བྱེ་བྲག་གཉིས་རྣམས་གཅིག་ཡིན་པའི་སྒྲིར། དེས་ན་
 བྱེ་བྲག་སྤྱང་བ་དང་། སྒྲི་ཡང་སྤྱང་དགོས་ཏེ་རྣམས་གཅིག་ལ་སྤྱང་མི་སྤྱང་གཉིས་མི་
 འཐད་དོ། ③ འགལ་བ་རྣམས་གཅིག་རྩ་ཐལ་བའི་སྒྲོན་རྩ་འབྱུར་བ། ཡང་། དཀར་
 བྱ་གཉིས། སྤྱང་ཐུན་གཉིས། མི་ཆུ་གཉིས་ལ་སོགས་པའི་འགལ་བ་ཀྱན་ཀྱང་
 རྣམས་གཅིག་རྩ་འབྱུར་ཏེ། དེ་དག་སྒྲི་ཁ་དོག་ཡིན་པ་མཚུངས་པ་དང་། མི་ཆུ་
 གཉིས་ཀྱང་སྒྲི་འབྱུང་བ་ཡིན་པ་མཚུངས་པས་སོ། (2) སྒྲི་རྩ་མ་བྱེ་བྲག་རྩ་མ་དང་
 གཅིག་པ་དགག་པ། ཁོ་ན་རེ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

བྱེ་བྲག་རེ་རེ་དང་འབྲེལ་བའི། །

སྒྲི་ཡང་རྩ་མ་ཡོད་ཅི་ན། །

དེའི་དོན་རྩ་ཁ་ཅིག་གིས་སྒྲི་གཅིག་མེད་ཀྱང་བྱེ་བྲག་རེ་རེ་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲི་

ཡང་བྱེ་བྲག་གི་གངས་བཞིན་དུ་མ་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། ཤིང་ཞེས་པའི་སྤྱི་གཅིག་
 མེད་པ་བྱེ་བྲག་ཤུག་པ་ལྟ་བུ། དེ་དེའི་སྤྱི་མེད་ན་དེ་དང་ངོ་མོ་བདག་གཅིག་པའི་སྤྱི་
 ཡང་དུ་མ་ཡོད་པ་རེད། དེ་བཞིན་དུ་ཡན་ལག་ཅན་ལུས་ལྟ་བུའི་སྤྱི་གཅིག་མེད་
 གུང་བྱེ་བྲག་ལག་པ་ལ་སོགས་པ། དེ་དག་དང་ངོ་མོ་བདག་གཅིག་དུ་འབྲེལ་བའི་
 སྤྱི་དུ་མ་ཡོད་ཅེ་ན། དེའི་ལན་དུ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

མཚན་ཉིད་མི་འགྲུབ་དགག་སྟབས་ཀྱི། །

རྣམ་པ་གཞག་པའང་འཇིག་པར་འགྱུར། །

དེའི་དོན་ནི། སྤྱི་ཟེར་བ་དེ་རང་གི་གསལ་བ་དུ་མ་ལ་རྗེས་སུ་འགོ་བའི་ཚས་
 ཤིག་ལ་ཟེར་ཞིང་ཡོད་པ་རེད། བྱེ་བྲག་དེ་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱི་ཞིག་ཡོད་ན་རང་
 གི་གསལ་བ་དུ་མ་ལ་རྗེས་སུ་འགོ་བའི་མཚན་ཉིད་དེ་གྲུབ་ཡོད་བ་མ་རེད། དེ་
 ལྟར་ན་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གི་འབྲེལ་བ་ལ་ལྟོས་ནས་དགག་སྟབས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དུ་མ་
 ཡོད་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་འཇིགས་པར་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན། བྱེ་བྲག་གི་ཤིང་
 ཤུག་པ་ཡོད་པར་གྲུབ་པས་ཤིང་གཞན་གྱི་སྤྱི་ཡོད་པ་སྟབས་མི་རུས་པ་དང་། ཤིང་
 ཞེས་པའི་སྤྱི་བཀག་པས། བྱེ་བྲག་ཤུག་པ་ཡོད་པ་བཀག་མི་རུས་པ་སོགས་དགག་
 སྟབས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་རྣམས་འཇིགས་སོ། །

(3) མཚུངས་པའི་སྤྱི་དགག་པ། [[དང་པོ]] དོན་ལ་མཚུངས་པའི་སྤྱི་དགག་པ།
 ཁོ་ན་རེ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

མཚན་ཉིད་མཚུངས་པའི་སྤྱི་གཅིག་དང་། །

བྱེ་བྲག་རྣམས་གཅིག་ཡིན་ནོ་ལོ། །

དེའི་དོན་ནི། ཁ་ཅིག་གིས་སྤྱི་སོ་སོ་བ་འབྲེལ་མེད་མི་འདོད་ཅིང་། དཔེར་ན།
 ཤིང་ཤུག་པ་དང་། སྟོན་ཤིང་སོགས་ལ་ཡལ་ག་ལོ་འདབ་དང་ལྟན་པ་མཚན་ཉིད་
 མཚུངས་པའི་ཤིང་རྣམས་ལ་སྤྱི་གཅིག་ཡོད་པ་དེ་དང་། དེ་དང་བྱེ་བྲག་ཤུག་པའི་
 རྣམས་རྣམས་གཅིག་ཡིན་ནོ། །

ཡང་དཔེར་གཞན་ཞིག་འདྲིན་ན། བཀྲ་ཤིས་དང་། ལྟ་མོ་སོགས་ལ་སྤྱི་ཤིས་
 དོན་གོ་བའི་སྤྱི་འཚན་ཉིད་གཅིག་ཡོད་པ་དེ་དང་། བྱེ་བྲག་བཀྲ་ཤིས་ཀྱི་རྣམས་

རྒྱལ་ས་གཅིག་ཡིན་ནོ་ལ། དེའི་ལན་དུ། 《རིགས་གཉིས་》ལས།

མཚུངས་པ་རྟོགས་པས་སྒྱུར་བ་ཡིན། །

རྟོག་པའི་སྒྲི་ཚོས་དོན་ལ་མེད། །

དོན་ལ་འདྲ་བ་ཡོད་ན་ནི། །

སྒྲི་མེད་མཐོང་ན་འང་འདྲ་བར་འགྱུར། །

དེའི་དོན་ནི། འདི་དང་འདི་གཉིས་འདྲའོ་ཞེས་པའི་མཚུངས་པ་ནི་རྟོག་པས་
སྒྱུར་བ་ཅི་མ་ཡིན་གྱི། རྟོག་པས་སྒྱུར་བའི་ཚོས་དེ་སྒྲི་རོལ་དོན་གྱི་སྒྲི་དང་ན་གྲུབ་ཡོད་
བ་མ་རེད། གལ་སྲིད་དོན་གྱི་ཐོག་ཏུ་འདྲ་བའི་ཚོས་དེ་ཡོད་ན། སྒྲི་མཐོང་མ་
སྒྲི་བའི་དངོས་པོ་ཞིག་གསར་དུ་མཐོང་བའི་ཚོ། འདི་ཡང་དངོས་པོ་དེ་དང་
འདྲའོ་སྒྲི་མ་པའི་སྒྲི་སྒྲི་དགོས་པར་འགྱུར་རྟེ། གང་ཞེ་ན། འདྲ་བ་དོན་ལ་ཡོད་པའི་
ཕྱིར། དཔེར་ན། སྒྲི་སྒྲི་ག་ལྟར་ཅ་བ་ནས་མཐོང་མ་སྒྲི་བ་ཞིག་གིས་སྒྲི་ག་ལྟར་
གསར་དུ་མཐོང་ནང་། འདི་སྒྲི་ག་ལྟར་གཞན་དང་འདྲའོ་སྒྲི་མ་པའི་སྒྲི་སྒྲི་དགོས་
པར་འགྱུར་རྟེ། འདྲ་བའི་ཚོས་དེ་དོན་ལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

[[གཉིས་པ]] སྒྲི་དོར་མཚུངས་པའི་སྒྲི་དགག་པ། བརྟག་པ་མཐར་བཟུང་གི་སྒྲི་
ནས། ཁོ་ན་རེ། དོན་གྱི་སྒྲི་དང་ན་མཚུངས་པའི་སྒྲི་མེད་ཀྱང་། རྟོག་པས་མཚུངས་
པར་གཟུངས་བ་ཅི་མ་ལ་སྒྲི་གཅིག་ཏུ་བྱས་ན་མི་རུང་བ་གང་ཡོད་ཅེ་ན། དེའི་
ལན་དུ། 《རིགས་གཉིས་》ལས།

མཚུངས་ལ་དངོས་པོ་གཅིག་མི་སྲིད། །

གཅིག་མ་ཡིན་ལ་སྒྲི་སྒྲི་མེད། །

སྒྲི་ལ་སྒྲི་གཅིག་མ་ཤར་ན། །

མཚུངས་པར་རྟོགས་ཀྱང་སྒྱུར་མི་རུང་། །

སྒྲི་གསར་འདྲ་བ་ཀྱུན་ལ་ཡོད། །

ཐམས་ཅད་འདྲ་བ་གང་ན་འང་མེད།

དེའི་དོན་ནི། མཚུངས་པར་འཛིན་པ་ལ་དངོས་པོ་གཅིག་ཡིན་མི་སྲིད་དེ།
དཔེར་ན། མི་འདྲ་པོ་ཞིག་འདུག་ཅེ་ན། གང་དེ་མི་དང་གཅིག་ཡིན་མི་སྲིད་དེ། དེ་

མི་འདྲ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་རིགས་གཅིག་མ་ཡིན་པ་ལ་བྱེ་བྲག་མེད་པ་གྱི་
གཅིག་ཕྱི་སྒྲུ་མི་འདྲག་གོ། ཐོག་མ་ནས་གོམས་པའི་སྒོ་ལ་གྱི་གཅིག་གི་རྣམ་པ་
རང་བཞིན་གྱིས་མ་ཤར་ན། གསར་དུ་དེ་གཉིས་མཚུངས་པར་རྟོགས་ཀྱང་གྱི་མི་
ཅུང་སྟ། དཔེར་ན། གང་ཟག་གཉིས་ཀྱིས་ལབ་སྟེང་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་ཤིང་
ཤུག་པ་ཞིག་བྱེད་ཤོག་ལབ་ན། གང་ཟག་གཞན་དེའི་སྒོ་ལ་ཐོག་མར་གྱི་ཤིང་གི་
རྣམ་པ་དེ་ཤར་བ་དང་དེ་ནས་བྱེ་བྲག་ཤུག་པ་སྒོ་ལ་འཆར་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད།
ཤུག་པ་དང་འདྲ་བ་ཞིག་བྱེད་ཤོག་བརྗོད་ན། ཤུག་པ་དང་འདྲ་བ་གཉིས་ལ་གྱི་
གཅིག་མེད་སྐབས་དེ་གཉིས་ཀྱི་གྱི་གཅིག་སྒོ་ལ་འཆར་ཡས་ཡོད་པ་མ་རེད།

ཡང་དཔེར་ན། རྟ་དཀར་པོ་ཞིག་བྲིད་ཤོག་ཅིས་བརྗོད་ན་ཐོག་མར་གྱི་རྟའི་
རྣམ་པ་དེ་སྒོ་ལ་ཤར་ཞིང་དེ་ནས་བྱེ་བྲག་རྟ་དཀར་པོ་སྒོ་ལ་འཆར་བྱབ་པ་དང་།
རྟ་འདྲ་བ་ཞིག་བྲིད་ཤོག་ཅིས་བརྗོད་ན་རྟ་དང་འདྲ་བ་གཉིས་ལ་ཐུན་མོང་གི་གྱི་
གཅིག་མེད་སྐབས་དེས་བརྗོད་དོན་དེ་སྒོ་ལ་ཐོབ་མི་ལུས་སོ།།

དེས་ན། རྟ་དཀར་པོ་དང་། བྱ་པོ་སོགས་ལའང་སྟུགས་རེ་འདྲ་བ་ཅུ་མ་ནི་
གྱི་བྱེ་བྲག་ཡིན་མིན་ཀྱང་ལ་ཡོད་ཅིང་། དུལ་དུས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་འདྲ་བའི་
ཆོས་ནི་གང་ནའང་མེད་དེ། ཐུན་མིན་རང་གཅིག་ཕྱི་ཆོས་དེ་གཞན་ལ་ཡོད་མི་
སྟེང་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་དུ་བ་ཡོད་ན་མེ་ཡོད་པས་བྱབ་པ་སྐབས་དེ་ཡང་། ཐབ་
ཁུང་ནང་གི་དུ་བ་དང་། ལའི་ཐོག་གི་དུ་བ་གཉིས་འདྲ་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་མིན་ལ།
དེ་གཉིས་སྒོའི་གཞན་སེལ་ངོར་གྱི་གཅིག་ཏུ་ཞེན་པས། དུ་བ་ཡོད་ན་མེ་ཡོད་པ་
རྟོགས་སོ།།

[[གསུམ་པ]] ལྷང་དང་འགལ་བའི་སྒྲོན་ཡོད་པ། 《རིགས་གཉེར་》ལས།

རིགས་པའི་རྒྱལ་པོས་གསུངས་པ་ཡི།

རྣམ་གཞག་དང་ཡང་འགལ་བ་སྟེང་།།

དེའི་དོན་ནི། དེ་ལྟ་གྱི་བདེན་པར་འདོད་ན་རིགས་པའི་རྒྱལ་པོ་སྟེ་དཔལ་ཆོས་
ཀྱི་གྲགས་པས་གསུངས་པའི་རྣམ་གཞག་ཐམས་ཅད་དང་ཡང་འགལ་བར་སྟེང་སྟེ།
《རྣམ་འགྲེལ་》ལས། གྱི་ནི་དངོས་མེད་ངོ་བོ་ཡིན། །དེ་ཕྱིར་དེ་དབང་སྟོང་ཡུལ་

མིན། །དེས་ན་སྒྲི་ཡི་ཚས་རྣམས་ནི། །མདོན་སྤྱུང་མིན་པར་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། །ཞེས་
སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

གསུམ། རང་ལུགས་ནི།

《རིགས་གཏེར་》ལས།

དེ་མིན་རང་བཞིན་ལས་ལྡོག་པ། །

དངོས་པོ་ཀུན་ལ་གྲུབ་པ་དེ། །

སེལ་བའི་སྒྲི་ཡིན་རང་མཚན་དུ། །

འབྲུལ་པ་དེ་ལ་དགག་སྐྱབ་བྱེད། །

དེའི་དོན་ནི། །སེལ་བའི་སྒྲི་གང་ཞེ་ན། །ཤིང་ལ་སོགས་པའི་ཚས་དེ་ཤིང་མིན་
གི་ཚས་གཞན་མེད་དང་། རྩ་དང་། ས་ལ་སོགས་པ་ཀུན་གྱི་རང་བཞིན་ལས་ལྡོག་
པ་ནི་ཤིང་གི་དངོས་པོ་ཀུན་ལ་གྲུབ་པ་དེ་རྣམས་གཞན་སེལ་གྱི་སྒྲོ་དོར་གཅིག་དུ་
སྒྲུབ་བ་ཐུན་མོང་གི་སྒྲི་ཡིན། །དེ་ལྟར་སེལ་བའི་སྒྲི་དེ་དང་རང་མཚན་གཉིས་
གཅིག་དུ་འབྲུལ་བ་ལ་དགག་སྐྱབ་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །

བཞི། ཚེད་པ་སྤང་བ་ནི།

ཁོ་ན་རེ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

གལ་ཏེ་དོན་ལ་སྒྲི་མེད་ན། །

གཞན་སེལ་སྒྲོ་བཏགས་དངོས་མེད་ལ། །

གྲུབ་ཀྱང་དོན་དང་མ་འབྲེལ་ཕྱིར། །

ཐ་སྙད་ཐམས་ཅད་འཇིག་ཅིན། །

དེའི་དོན་ནི། །གལ་ཏེ་དོན་རང་མཚན་ལ་སྒྲི་མེད་ན་སྒྲོ་དོར་གཞན་སེལ་གྱི་སྒྲི་
དེ་ནི་དངོས་མེད་སྒྲོ་བཏགས་པ་ཅམ་ཡིན་པས་དེ་ལ་སྒྲི་ཞིག་གྲུབ་ཀྱང་། །དོན་
དངོས་པོ་དང་མ་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར། །སྒྲི་གྲུབ་པས་བྱེ་བྲག་འབྲུབ་པ་རང་བཞིན་གྱི་
རྣམས་དང་། །སྒྲི་ཞིགས་པས་བྱེ་བྲག་ཞིགས་པ་བྱུང་བྱེད་མ་དམིགས་པ་ལ་སོགས་
པ་རྟོག་གའི་རྣམ་གཞག་དང་། །ཤིང་བྱིར་ཤོག །མེ་བྱས་ཤིག་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་

འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྐད་གྱི་རྣམ་གཞག་ཐམས་ཅད་འཇིག་པོ་ཞི་ན། ཞེས་སོ།

རྟོག་གཏི་རྣམ་གཞག་ལྟར་ན། དེ་ཡང་སྤྱི་གྲུབ་པས་བྱེ་བྲག་གྲུབ་པའི་དཔེར།
མདུན་གྱི་རི་ངོས་ན་ཆོས་ཅན། ཤིང་ཡོད་དེ། རྒྱག་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་ཚུད་
གཞི་ཆོས་ཅན་མདུན་རིའི་ངོས་སུ་རྟགས་རྒྱག་པ་ཡོད་པར་གྲུབ་པས་ཤིང་ཡོད་པ་
རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དང་། སྤྱི་ཁྱེད་པས་བྱེ་བྲག་ཁྱེད་པ་དཔེར་ན། བྱང་
གི་རྩ་ཐང་ན་ཆོས་ཅན། རྒྱག་པ་མེད་དེ། ཤིང་མེད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པས་བྱུང་བྱེད་
སྤྱི་ཤིང་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་གྱིས་བྱེ་བྲག་རྒྱག་པ་ཡོད་པ་ཁྱེད་པ་ལྟ་བུའོ། །
འཇིག་རྟེན་པལ་པའི་རྣམ་གཞག་ལའང་དོན་ལ་སྤྱི་མ་གྲུབ་ན་ཤིང་དང་། མེ་དང་།
རྩ་སྟགས་བརྗོད་པས་དོན་རྟོགས་མི་རུས་ཏེ། སློ་ངོར་སེལ་བའི་སྤྱི་ནི་དངོས་མེད་
སློ་བཏགས་ཅམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། དེའི་ལན་དུ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

དོན་དང་སེལ་བ་གཅིག་ཉིད་དུ། །

འབྲུལ་ནས་ཡུལ་ལ་འཇུག་པ་ན། །

རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཐོབ་པ་ཅམ། །

ཆོད་མ་ཡིན་ཕྱིར་འཐད་པ་ཡིན། །

དེའི་དོན་ནི། དོན་རང་མཆོན་དང་། སེལ་བ་སྟེ་སློ་ངོར་སློ་བཏགས་པའི་ཆོས་
དེ་གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་ཉིད་དུ་འབྲུལ་ནས་དགག་སྐྱབ་དང་། སླང་དོར་སྟགས་གྱི་
བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་འཇུག་པ་ན། ཇི་ལྟར་ཞུགས་པ་དེ་བཞིན་དུ་དོན་རང་གི་མཆོན་
ཉིད་མ་ཞོར་བར་ཤེས་པ་སྟེ་ཐོབ་པ་ཅམ་གྱིས་ཆོད་མའི་བྱ་བ་འབྲུབ་པ་ཡིན་པའི་
ཕྱིར་རྩལ་དེ་ནི་ཤིན་དུ་འཐད་པ་ཡིན་ནོ།

དེ་ཡང་དཔེར་ན། དོན་རང་མཆོན་བུམ་པ་དང་། སློ་ངོར་སླང་བའི་བུམ་
པའི་དོན་སྤྱི་གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་དུ་འབྲུལ་ནས། སློ་ངོར་བུམ་པའི་ནང་དུ་རྩ་བྱུག་
དགོས་སྟམ་པ་ན། དོན་རང་མཆོན་གྱི་བུམ་པ་དེ་ལག་དུ་བཟུང་ཞིང་དེའི་ནང་
དུ་རྩ་བྱུག་པ་དང་སློ་ངོར་བུམ་པ་དང་། དོན་གྱི་བུམ་པ་གཉིས་གཅིག་དུ་འབྲུལ་པ་
ཡིན་ཡང་། བུམ་པས་དེས་རྩ་བྱུག་གྱི་དོན་བྱེད་པ་ཅམ་ནི་ཆོད་མའི་ལས་ཡིན་
པས་དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གི་འབྲེལ་བ་དེ་ནི་ཤིན་དུ་འཐད་པ་ཡིན།

ལ། རོན་བཙུག་པ།

《རིགས་གཉེར་》ལས།

ཐ་དད་སྒྱི་འདོད་ལྷག་ཕྱག་པ། །

རྩས་གཅིག་ཡིན་ཞེས་གངས་ཅན་པ། །

གངས་ཅན་པ་རྣམས་དེ་རྩེས་འབྲང་། །

སེལ་བར་འདོད་པ་མཁས་པའི་ལྷགས། །

བཙུ་བའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །

དེའི་རོན་ནི། འདིར་གསལ་བ་ལས་རྩས་ཐ་དད་པའི་སྒྱི་འདོད་པ་ནི་ཕུ་སྟོགས་
ལྷག་ཕྱག་པའམ་བྱེ་བྲག་པའི་ལྷགས་དང་། སྒྱི་དང་བྱེ་བྲག་རྩས་གཅིག་ཡིན་པ་ཕུ་
སྟོགས་གངས་ཅན་པའི་ལྷགས་ཡིན་པ་དང་། གངས་ཅན་པ་རྣམས་ཀྱང་གངས་
ཅན་པའི་རྩེས་སུ་འབྲང་ནས་སྒྱི་རོན་ལ་ཡོད་པར་འདོད་པ་ཡིན་ལ། སྒྱི་རོན་ལ་
མེད་པ་སྒྲོ་ངོ་སེལ་བའི་ཆོས་ཡིན་པར་འདོད་པ་ནི་དཔལ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པ་དང་།
བདག་ས་སྒྱུ་པརྟེ་ཏ་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཚན་ལ་སོགས་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་ལྷགས་
ཡིན་ནོ།

བསྐྱར་སྒྱུར་གི་ཁ་བྱང་།

- ༡ གྲོ་ཡུལ་ལ་འདུག་ཚུལ་གྱི་དབྱེ་བ་གང་དང་གང་བསྟན་འདུག
- ༢ རྗེས་དཔག་གི་དངོས་ཡུལ་ལ་རྗེས་ཚུལ་མི་འཐད་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་།
- ༣ སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གི་མཚན་ཉིད་གིས།
- ༤ ཐད་ཀའི་སྤྱི་བྱེ་བྲག་དང་། གོང་མའི་སྤྱི་བྱེ་བྲག་གཉིས་ལ་བྱང་པར་གང་།
- ༥ སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་རྗེས་ཐ་དད་ཏུ་མི་འཐད་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་།
- ༦ སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་རྗེས་གཅིག་མི་འཐད་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་།
- ༧ བྱེ་བྲག་དང་སྤྱི་གཅིག་ཏུ་འབྲེལ་ན་སྟོན་གང་བསྟན་འདུག
- ༨ མཚན་ཉིད་མཚུངས་པའི་དངོས་པོ་ནམས་ལ་སྤྱི་འཛིན་གཅིག་ཡོད་ན་སྟོན་གང་འདུག
- ༩ མཚུངས་པ་ལ་དངོས་པོ་གཅིག་མི་སྤྱི་དང་པའི་རྒྱ་མཚན་གིས།
- ༡༠ རང་ལུགས་སྤྱི་ཡི་མཚན་གཞི་གང་འཛོག་འདུག
- ༡༡ སྤྱི་དོན་ལ་ཐེད་པ་གྲོ་འོ་སེལ་བའི་ཚུལ་ཡིན་པར་འདོད་པ་སྤྱི་ལུགས་ཡིན།
- ༡༢ རྗེས་ཐ་དད་པའི་སྤྱི་དང་། སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་རྗེས་གཅིག་པ་འདོད་མཁན་སྤྱི་ཡིན།

སྒྲིབ་ཚན་བརྒྱ་གསུམ་པ།

སྒྲིབ་པའམ་སྒྲིབ་པ་བཤད་པ།

ས་བཅད་དང་མོ། རྫོང་ལུ་ལ་འབྱུག་ཚུལ་གྱི་བརྟན་པ།

《རིགས་གཏེར་》ལས།

རྟོག་མེད་སྒྲིབ་པའི་སྒྲིབ་ནས་འབྱུག །

སྒྲིབ་རྟོག་ཐམས་ཅད་གཞན་སེལ་ཡིན། །

དེ་དག་འབྱུག་དང་མ་འབྱུག་བའི། །

དབྱེ་བ་གཉིས་གཉིས་རྣམས་པ་བཞི། །

དེའི་དོན་ནི། རྟོག་མེད་ཤེས་པ་ནི་རང་ལུ་ལ་སྒྲིབ་པའི་སྒྲིབ་ནས་འབྱུག་སྟེ། ལུ་ལ་དེ་དབང་པོའི་ངོར་སྒྲིབ་པ་ཅམ་གྱིས་བྱ་བ་རྫོགས་པས་སོ། །སྒྲིབ་དང་དོན་འབྲེས་པར་འཇིན་པའི་རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་རང་གི་ཞིན་ལུ་ལ་གཞན་སེལ་གྱི་སྒྲིབ་ནས་འབྱུག་སྟེ། དེས་རིགས་མི་མཐུན་སེལ་བའི་བྱ་བ་བྱེད་དགོས་པས་སོ། །དཔེར་ན། གཞན་སེལ་གྱི་སྒྲིབ་དོར་བྱམ་པ་སྟ་བུ་ཞིག་འཇིན་པ་ན་བྱམ་པ་རེད་སྟམ་པའི་རྟོག་པ་འཆར་བ་དང་བྱམ་པ་དང་རིགས་མི་མཐུན་པའི་ཕོར་པ་དང་། ར་དམ་དང་། འོ་ཐོམ་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོ་རྣམས་ཡིན་པ་སེལ་འགྲོ་ཞིང་ཡོད་པ་དེ་ལ་གཞན་སེལ་གྱི་སྒྲིབ་ཟེར་ཞིང་ཡོད་པ་རེད།

སྒྲིབ་པ་ལ་དུང་སེར་པོ་དང་། གངས་རི་སྟོན་པོ་སྒྲིབ་པའི་འབྱུག་པ་དང་། དུང་དང་། གངས་རི་རྣམས་དཀར་པོར་སྒྲིབ་པའི་དབང་ཤེས་མ་འབྱུག་པ་གཉིས་དང་། སེལ་བ་ལ་ཕ་མ་ལ་ཕ་མར་འཇིན་པའི་ཡིད་ཤེས་མ་འབྱུག་པ་དང་། ཕ་མ་ལ་དགྲ་བུ་འཇིན་པའི་རྟོག་པ་འབྱུག་ཤེས་གཉིས་ཏེ། བྱང་གསེས་གྱི་ཤེས་པའི་དབྱེ་བ་བཞི་ཡོད་པ་རེད།

ས་བཅད་གཉིས་པ། རྒྱལ་གྱི་གནས་ལྷན་ས་བཤད་པ།

《རིགས་གཉིས་》ལས།

དོན་ལ་གནས་པའི་དངོས་པོ་རྣམས། །

གཅིག་ལ་རྩ་མ་མི་སྲིད་ཅིང་། །

རྩ་མ་གཅིག་རྩ་གནས་མི་སྲིད། །

གཅིག་ལ་གསལ་དང་མི་གསལ་མེད། །

དེའི་དོན་ནི། རྒྱལ་དོན་རང་ལ་གནས་པའི་དངོས་པོ། དཔེར་ན། གསེར་གྱི་
བྱམ་པ་ལྟ་བུ་ལ་ཁ་དོག་སེར་པོ་ཡོད་པ་དང་། རོ་བོ་ལྷགས་རིགས་ཡིན་པ། རྣམ་
པ་བྱམ་པ་ཡིན་པ། རང་བཞིན་འཇུག་བ་ཅན་ཡིན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ཐམས་
ཅད་དོན་ལ་ཇུས་ཐ་དད་མེད་པས། གཅིག་ལ་རྩ་མ་མི་སྲིད་པ་དང་། གསེར་སེར་
པོ་དང་། མེ་ཏོག་སེར་ཆེན་ལྟ་བུ་ཐ་དད་པའི་ཆོས་རྩ་མ་ལ་སེར་པོ་ཅན་གྱི་སྒྱི་
གཅིག་རྩ་གནས་པ་ནི་རྣམ་ཡང་མི་སྲིད་དེ། གལ་ཏེ་སྒྱིའི་སེར་པོའི་ཇུས་གཅིག་
ཡོད་ན་གསེར་གྱི་སེར་པོ་མཐོང་བ་དང་། མེ་ཏོག་གི་སེར་པོ་ཡང་མཐོང་དགོས་
པར་བལ་ཏེ། དེ་གཉིས་ཇུས་གཅིག་ཡིན་པའི་སྒྱིར། དེས་ན་རོ་བོ་དབྱེར་མེད་
པའི་ཇུས་གཅིག་ལ་གསལ་བ་དང་། མི་གསལ་བའི་ཆ་གཉིས་སུ་སྒྲུང་བ་མེད་དོ།

ས་བཅད་གསུམ་པ། རྫོང་ཡི་འདྲིན་སྒྲུང་ས་བཤད་པ།

《རིགས་གཉིས་》ལས།

མདོན་སུམ་ཐམས་ཅད་དོན་བཞིན་སྒྲུང་།།

གཅིག་ལ་ཐ་དད་སྒྲུང་བ་མེད། །

ཐ་དད་གཅིག་རྩ་སྒྲུང་མི་སྲིད། །

སྒྲུང་བས་འཇུག་ལ་རེས་འདོག་མེད། །

དེའི་དོན་ནི། མདོན་སུམ་གྱི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་དོན་ལ་རི་ལྟ་བ་བཞིན་རྩ་
སྒྲུང་བ་ཡིན་པས། མདུན་གྱི་ཅོག་ཅོ་ལྟ་བུ་ཇུས་གཅིག་ལ་ཐ་དད་རྩ་སྒྲུང་བ་མེད་
ལ། ཅོག་ཅོའི་རྒྱང་པ་དང་། ཤག་སྐམ་དང་། ཅོག་ཅོའི་ལྷག་མགོ་ལྟ་བུ་ཐ་དད་པའི་

ཡུལ་རྣམས་གཅིག་རྒྱ་སྤང་བའང་མི་སྲིད་ཅིང་། ཁ་དོག་དང་དབྱིབས་ལྟ་བུ་སྤང་བས་འཇུག་པ་དེ་ལ། ཡུལ་གང་དེ་ཅིག་ཅར་རྒྱ་འཇུག་པ་ལས་ཚས་འགའ་ཞིག་སྤང་། འགའ་ཞིག་མི་སྤང་བའི་རེས་འཛིག་མེད་དེ། དཔེར་ན། ཤེལ་སྒྲིའི་ནང་རྒྱ་མིའི་གཟུགས་བརྟན་འཆར་བའི་ཆོ་མགོ་དང་། ཀླང་ལག་སོགས་ཅིག་ཅར་རྒྱ་འཆར་བ་ལས་འགའ་ཞིག་འཆར་ལ་འགའ་ཞིག་མི་འཆར་བ་མེད་པ་བཞིན་ནོ། །

ས་བཅད་བཞི་ལ། སྒྲོ་དོན་མཐུན་པའི་རྒྱལ་བཤད་ལ།

གཅིག །ཇི་ལྟར་མཐུན་པའི་རྒྱལ།

《རིགས་གཏེར་》ལས།

ཡུལ་ལ་ཇི་ལྟར་གནས་པ་ཡི། །

སྒྲོབས་ཀྱིས་དབང་ཤེས་སྒྲིམ་པས་ན། །

མེད་ན་མི་འབྱུང་ངེས་པའི་ཕྱིར། །

སྒྲོ་དོན་མཐུན་པའི་རྒྱལ་བ་མེད། །

དེའི་དོན་ནི། ཡུལ་ལ་ཇི་ལྟར་གནས་པའི་སྒྲོབས་ཀྱིས་དབང་ཤེས་ཡུལ་དེའི་རྣམ་ལྟར་རྒྱ་སྒྲིམ་པས་ཡུལ་དེ་མེད་ན་དེ་འཛིན་གྱི་ཤེས་པ་དེ་ཡང་མི་འབྱུང་བའི་བྱ་བ་དེས་པའི་ཕྱིར་ཡུལ་ཅན་སྒྲོ་དང་ཡུལ་དོན་མཐུན་པའི་རྒྱལ་བ་མེད་དོ། །

རིགས་ལམ་རྒྱ་བཀོད་ན། སྒྲོ་དབང་པོའི་མངོན་སུམ་ཚས་ཅན། དོན་གྱི་གནས་རྒྱལ་དང་ཁྱོད་ལ་སྤང་བ་གཉིས་མན་རྒྱལ་བ་མེད་དེ། དོན་ལ་གཅིག་དང་། ཐ་དད་རྒྱ་མེད་ན་ཁྱོད་ལ་གཅིག་དང་ཐ་དད་ཀྱི་རྣམ་པ་མི་འབྱུང་བར་ངེས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རང་གི་གཟུང་ཡུལ་ལ་ཇི་ལྟར་གནས་པའི་རྣམ་པས་དོན་གྱི་རྣམ་ལྟར་རྒྱ་སྒྲིམ་པས་སོ། །

མན་རྒྱལ་མ་འཆོལ་བའི་དོན་ནི། ཡུལ་ཁང་པ་གནས་པ་ལྟར་མངོན་སུམ་ལ་ཡང་ཁང་པར་སྤང་། ཁང་པ་ནི་བཅིག་པ་དང་ས་རྩོ་ཐ་དད་རྒྱ་མེད་པ་ལྟར་མངོན་སུམ་ལའང་ཐ་དད་མེད་པར་སྤང་། ཡུལ་རྣམས་རྣམ་པ་ཐ་དད་རྒྱ་གནས་པ་རྣམས། ཡུལ་རྣམས་རྣམ་པ་ཐ་དད་རྒྱ་གནས་པ་ལྟར་མངོན་སུམ་ལ་ཡང་ཐ་དད་

དུ་སྒྲུབ་ཏེ། ཁང་པ་ཐ་དད་པའི་སྒོ་དང་སྒྲུབ་བཞིན་ནོ། །

དོན་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་གྱི་གཅིག་ཡིན་པ་དེ་ལ་སྒྲུབ་མི་སྒྲུབ་ཆ་གཉིས་མེད་དེ།
དཔེར་ན། ཁང་པའི་གྲང་མཐོང་པ་དང་གྲང་གི་རྩལ་དང་ཁ་དོག་རྣམས་མཐོང་བ་
བཞིན་ནོ། །ཁང་པའི་གྲང་དང་། གྲང་གི་ཁ་དོག་ གྲང་གྲུབ་བྱེད་གྱི་རྩལ་རྣམས་
དོན་ལ་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་གྱི་གཅིག་ཡིན་ནོ། །ཡང་དཔེར་གསེར་གྱི་བྱམ་པ་ལྟ་བུ་
ཞིག་ལ་མཚོན་ན། གསེར་གྱི་བྱམ་པ་དེ་མཐོང་བ་དང་རྒྱ་གསེར་ཡིན་པ་དང་།
དབྱིབས་བྱམ་པ་ཡིན་པ། ཁ་དོག་སེར་བོ་ཡིན་པ་རྣམས་དོན་ལ་ངོ་བོ་དབྱེར་
མེད་གྱི་གཅིག་དུ་སྒྲུབ་བ་ལྟར་རོ། །

གཉིས། མངོན་སུམ་ལ་ངེས་པ་མི་དགོས་པར་སྐྱབ་པ།

《རིགས་གཏིར་》ལས།

དེས་ན་མངོན་སུམ་ཚད་མ་ཡང་། །

རྟོག་མེད་ཡིན་ཕྱིར་ངེས་པ་མི་དགོས། །

དེའི་དོན་ནི། སྒྲུབ་བའི་ཡུལ་ཅན་རྟོག་མེད་ཡིན་པ་དེས་ན་མངོན་སུམ་ཚད་
མ་དེ་ཡང་རྟོག་མེད་གྱི་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ངེས་པ་མི་དགོས་ཏེ། ངེས་པ་ནི་
རྟོག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

རིགས་ལས་དུ་བཀོད་ན། མངོན་སུམ་ཚད་མ་ཚོས་ཅན། བྱོད་ཚད་མར་གྱུར་པ་
ལ་ངེས་པར་ཡིན་མི་དགོས་ཏེ། རྟོག་མེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། སྐྱབ་པས་འཇུག་
པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གསུམ། མངོན་སུམ་ཚད་མས་དགག་སྐྱབ་བྱེད་ཚུལ།

བརྟག་པ་མཐར་བཟུང་གི་སྒྲོ་ནས། ཁོ་ན་རེ། འོ་ན་མངོན་སུམ་ལ་ངེས་པ་མི་
དགོས་ན་སྒྲོ་འདོགས་མ་བཅད་པའི་ཕྱིར་ན་དེ་ཚད་མ་མིན་ནོ་ཞེ་ན། དེའི་ལན་
དུ། 《རིགས་གཏིར་》ལས།

མངོན་སུམ་རྟོག་བྲལ་མ་འབྲུལ་བ། །

ཉིད་ཀྱིས་ཚད་མ་གྲུབ་པ་ཡིན། །

དེའམ་གཞན་གྱི་སྒྲིབ་ས་ཉིད་ལས། །

ངེས་པའི་དབང་གིས་དགག་སྒྲིབ་བྱེད། །

མངོན་སུམ་རྟོག་བྲལ་ཡིན་པས་ངེས་པ་མེད་ཀྱང་ཡུལ་ལ་མ་འབྲལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་
ཚད་མ་ཡིན་པར་གྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ། དེས་ཡུལ་རང་མཚན་དེ་ཐད་ཀར་འཛིན་ཡོད་
པའི་ཕྱིར། འོ་ན་ངེས་པ་མེད་ན་དེས་དགག་སྒྲིབ་བམ་སྒྲིབ་དོར་ཅི་ལྟར་བྱེད་ཅི་
ན། དེའམ་ཞེས་པ། རང་སྒྲིབ་ས་ཀྱིས་ངེས་པ་འདྲེན་རྒྱས་པས་མངོན་སུམ་ཚད་མ་
དང་། གཞན་གྱི་ཞེས་པ། རང་སྒྲིབ་ས་ཀྱིས་ངེས་པ་འདྲེན་མི་རྒྱས་པ་རྒྱ་མཚན་
གཞན་གྱིས་ངེས་པ་དྲངས་བའི་གཞན་གྱི་སྒྲིབ་ས་ཉིད་ལས། དེས་པའི་དབང་གིས་
དགག་སྒྲིབ་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ།

དེ་ཡང་རང་སྒྲིབ་ས་ཀྱིས་ངེས་པ་འདྲེན་པ་ནི། དཔེར་ན། གསེར་བུམ་མཐོང་བའི་
ཚེ་ཁ་དོག་གི་ལྗོག་པ་ལ་འབྲལ་བའི་རྒྱ་མཚན་མེད་པས། རང་སྒྲིབ་ས་ཀྱིས་ངེས་པ་
འདྲེན་རྒྱས་པས་མངོན་སུམ་ཚད་མ་དང་། གཞན་སྒྲིབ་ས་ཀྱི་ངེས་པ་འདྲེན་པ་ནི།
གཞན་བྱས་པའི་རྒྱ་མཚན་འཛིན་པའི་སྒྲིབ་ས་བུམ་པའི་ཐོག་གི་མི་རྟག་པ་ངེས་རྒྱས་
པའི་སྒྲིབ་ས་ཀྱིས། ཡུལ་ལ་དགག་སྒྲིབ་སྟེ་སྒྲིབ་དོར་བྱེད་རྒྱས་པ་ཡིན་ནོ།

༥ ངེས་ན་མངོན་སུམ་དང་འགལ་བར་བསྟན་པ། ① རྩོམ་སྒྲིབ་ས་པ་དེ་རྟོག་པ་
ཡིན་པར་བསྒྲུབ་པ། བརྟག་པ་མཐར་བཟུང་གི་སྒྲིབ་ས། ཁོ་ན་རེ། སྐད་ཅིག་གི་
ལྗོག་པ་ལ་གཞན་སེལ་འབྱུག་མོད། རྩོན་པའི་རང་ལྗོག་སྒྲིབ་ས་པ་འདི་རྟོག་པ་ཡིན་
པས་མངོན་སུམ་དུ་མི་བྱང་། རྟགས་ལ་མ་སྒྲིབ་པས་རྗེས་དཔག་ཀྱང་མ་ཡིན།
འགལ་ལྷ་མ་བཅད་པས་གཞན་སེལ་དུ་འང་མི་བྱང་དོ་ཞེ་ན། དེའི་ལན་དུ།

《རིགས་གཉེར་》ལས།

རྩོན་པའི་ལྗོག་པ་ངེས་པ་ནི། །

རྟོག་པ་ཡིན་ཕྱིར་གཞན་སེལ་ཡིན། །

འབྲལ་ནས་འབྱུག་ཡུལ་རང་མཚན་ཐོབ། །

ནང་དུ་རང་རིག་ཚད་མར་འདོད། །

དེའི་དོན་ནི། སྐད་ཅིག་དང་པོར་ཕྱི་དོན་ཁ་དོག་རྩོན་པོ་གང་དེ་ཆ་ཤས་སུ་མ་

ཕྱི་བར་མིག་ཤེས་མངོན་སྲུང་གྱིས་མཐོང་ནས། དེའི་རྗེས་ལ་ཤེས་པས་འདི་ནི་སྟོན་
 བོའ་ཞེས་སྤྱི་ཁྱེད་ཀྱི་རྟོགས་པའི་སྟོ་ངོའི་སྟོན་པོ་དེ་ལ། སྟོན་པོའི་ལྷོག་པ་ཟེར་
 ཞིང་དེ་ནི་རྟོག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མངོན་སྲུང་མ་ཡིན་ལ། སྟོན་པོའི་འགལ་ཟླ་སེར་
 པོ་སོགས། གཞན་གྱི་ཆ་ཤས་སུ་སྟོ་མ་བཏགས་པ་ཉིད་གྱིས་སྟོ་མིན་བཅད་པས་
 གཞན་སེལ་ཡིན་ཞིང་། དེའང་སེལ་བ་ལ་དངོས་ལྷལ་མེད་པས་སྤང་བའི་ལྷལ་
 རང་མཆོན་དང་། སྟོ་ངོར་བཏགས་པའི་སྟོན་པོ་གཉིས་གཅིག་ཏུ་འབྱུང་ནས་
 ལྷལ་ལ་འཇུག་ན། འཇུག་ལྷལ་རང་མཆོན་ཐོབ་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་ཁ་ནང་ཏུ་
 བསྐྱར་ནས་བལྟས་ན། རང་རིག་གི་ངོར་སྟོན་པོ་མངོན་སྲུང་རྟོགས་པའི་སྟོ་ཡིན་
 པས་མ་འབྱུང་བའི་ཆོད་མར་འདོད་དོ། ② དེས་པས་སྟོ་འདོགས་གཅོད་པའི་
 རྟོན་བསྟན་པ། 《རིགས་གཉིར་》ལས།

གང་ལ་དེས་པ་ཡོད་པ་དེས། །

སྟོ་འདོགས་བཅད་པར་ཤེས་པར་བྱ། །

དེའི་དོན་ནི། སྟོ་གང་ལ་དེས་པ་ཡོད་པ་དེས་དེ་མིན་གྱི་འགལ་ཟླ་གཞན་གྱི་
 ཆ་ཤས་སུ་སྟོ་འདོགས་པ་དེ་གཅོད་པ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། དེས་པ་དང་ནི་སྟོ་
 འདོགས་གཉིས་སྤང་སྟུན་ལྟར་ལྟར་གཅིག་མི་གནས་འགལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདིར་
 སྟོ་འདོགས་ཞེས་པ་ནི་དངོས་པོ་གང་ཞིག་ཡིན་པ་ལས་ལྷོག་པའི་དངོས་འགལ་དེ་
 ལ་ཟེར། དཔེར་ན། སྟོ་ངོར་གསེར་བྱམ་ཡིན་པར་འཛིན་ན་དེས་དབྱལ་བྱམ་ཡིན་
 པ་དང་། རྩ་བྱམ་ཡིན་པ་རྣམས་གཅོད་པ་ཡིན་པས་དེ་ལ་སྟོ་འདོགས་གཅོད་ཟེར།
 གསེར་བྱམ་ཡིན་པར་དེས་ཟིན་པ་དང་། གཞན་ཡིན་པ་གཅོད་ཟིན་པ་ལ་སྟོ་
 འདོགས་གཅོད་ཟེར། ③ དེ་སྟོ་བ་དཔོན་གྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པར་བསྟན་པ།

《རིགས་གཉིར་》ལས།

དེས་པ་དང་ནི་སྟོ་འདོགས་ཡིད། །

གཉིས་ཀ་སེལ་བས་འཇུག་པའི་ཕྱིར། །

དེ་དག་མངོན་སྲུང་མ་ཡིན་ཞེས། །

རིགས་པ་མཁྱེན་པས་གསུངས་པ་ཡིན། །

དེའི་དོན་ནི། གང་དེ་ཡིན་པ་ངེས་པ་དང་། དེ་མིན་སྒྲོ་འདྲགས་པའི་ཡིད་
གཉིས་ཀ་སེལ་བའི་སྒྲོ་ནས་འཇུག་པའི་ཕྱིར་ངེས་པ་དང་། སྒྲོ་འདྲགས་ཀྱི་སྒྲོ་དེ་
མངོན་སུམ་མ་ཡིན་ལོ་ཞེས། རིགས་པའི་དོན་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཁྱེན་པ་དཔལ་ཚས་
གྲགས་པས་《རྣམ་འགྲེལ་》ལས། ཆ་ཤས་སྒྲོ་འདྲགས་ངེ་སྟེད་པ། །དེ་བས་ལ་
ཕྱིར་ན་ངེས་པ་དང་། །སྒྲུ་ཡང་དེ་ཉིད་ཁོ་ན་སྟེ། །དེ་དག་སྒྲོད་ཡུལ་ཐ་དད་ཅན།
ཞེས་དང་། དོན་གྱི་རང་གི་ངོ་བོ་གཅིག །བདག་ཉིད་མངོན་སུམ་ཡིན་པ་ལ། །
ཚད་མ་རྣམས་ཀྱི་བརྟག་བྱ་གང་། །མ་མཐོང་ཆ་གཞན་ཅི་ཞིག་ཡོད། །ཅིས་
སོགས་གསུངས་སོ། །

ས་བཅད་ལྷ་པ། སྒྲིབ་ཡུལ་ལ་སྒྲོ་རྟོག་མི་འཇུག་པའི་རྒྱལ་བཤད་པ།

གཅིག །སྒྲིབ་ན་དགག་སྒྲིབ་ཅིག་ཅར་ཐལ་པ།

《རིགས་གཏེར་》ལས།

སྒྲོ་རྟོག་སྒྲིབ་བས་འཇལ་ན་ནི། །

དགག་སྒྲིབ་ཅིག་ཅར་རྟོགས་པར་འགྱུར། །

དེའི་དོན་ནི། སྒྲིབ་བའི་ཡུལ་ལ་སྒྲོ་རྟོག་གི་སེལ་བའི་སྒྲོ་མི་འཇུག་སྟེ། དངོས་
པོའི་མིང་བརྗོད་པའི་སྒྲོ་དང་། སྒྲོ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ངེས་པའི་རྟོག་པ་དེ་དག་
གལ་ཏེ་སྒྲིབ་བས་འཇལ་བ་སྟེ་ཤེས་རུས་ན། ཁོ་ན་སུམ་པ་མཐོང་བའི་གང་ཟག་
ལ་སུམ་པ་སྒྲིབ་བ་དང་དེའི་སྟེང་གི་རྣམས་དང་ལྡོག་པ། དབྱིབས་དང་ཁ་དོག་
བྱས་དང་མི་རྟག ཡིན་མིན་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་གཞན་དང་། དགག་སྒྲིབ་ཐམས་
ཅད་ལྱང་དོར་མི་དགོས་པར་ཅིག་ཅར་རྟོགས་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་སྒྲིབ་བ་ཅམ་
གིས་ཤེས་ཐིག་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས། དོན་གཅིག་གི་མིང་ཐམས་ཅད་རྣམ་གྲངས་པ་ཡིན་པ།

《རིགས་གཏེར་》ལས།

གཅིག་ལ་རྟུ་མར་བརྟགས་ན་ཡང་། །

རྣམ་གྲངས་ཡིན་གྱི་ཐ་དད་མིན། །

དེའི་དོན་ནི། གཞན་ཡང་དཔེར་ན་སྤང་ཡུལ་ཉི་མ་ལྟ་བུ་དོན་གཅིག་པུ་ཉིད་
ལ་ཚ་བེར་ཅན་དང་། རྟ་བུའི་དབང་པོ། འོད་བརྒྱ་པ། ཉིན་མོར་བྱེད་པ་ལ་
སོགས་མིང་ཐ་དད་པ་ཇི་སྟེད་ཅིག་བཏགས་ན་ཡང་། དོན་གཅིག་ལས་གོ་རྒྱ་
མེད་དེ། དེ་དག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཙམ་ཡིན་པ་ལས་རྟགས་ཚས་དོན་གསུམ་
ཀྱི་སྟོན་སྟེན་པ་ཐ་དད་སྟོང་ལ་འཆར་བ་མིན་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་སྤྱོད་རྟགས་སྤང་བས་
འབྲུག་པ་མ་ཡིན་ལོ།

གསུམ། ལྟོག་པས་འབྱེད་ན་སེལ་བར་འབྱུར་བ།

《རིགས་གཏེར་》ལས། ཁོ་ན་རེ། དོན་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་ཀྱི་གཅིག་ལ་བྱས་མི་
རྟག་སོགས་ལྟོག་པས་འབྱེད་པ་ཡིན་ཟེར་ན། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

ལྟོག་པས་འབྱེད་ན་སེལ་བ་ལ། །

དངོས་པོའི་མིང་གིས་བཏགས་པར་བྱད། །

དེ་ལ་སྤང་བར་སྟོམ་པ་འབྲུལ། །

དེའི་དོན་ནི། དོན་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་ཀྱི་གཅིག་ལ་བྱས་མི་རྟག་སོགས་ལྟོག་པས་
འབྱེད་པ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་ནི་དོན་རྩ་སེལ་བ་ཡིན་ལ་དངོས་པོའི་མིང་གིས་
བཏགས་པ་ཙམ་རྟུ་བྱད་དོ། དཔེར་ན། འདི་བྱས་པ་རེད། འདི་མི་རྟག་པ་རེད་
སྟམ་པ་ནི་སྟོ་ཡི་ཚས་ཡིན་ལ། སྟོ་ཡི་ཚས་ནི་སེལ་བ་ཡིན་པས་དེ་ལ་སྤང་བའི་
དངོས་པོ་དེ་མིང་བཏགས་པ་ཙམ་ལོ། ལྟོག་པ་ལ་སྤང་བའི་མིང་བཏགས་པ་ནི་
འབྲུལ་པའི་སྟོ་སྟེ། རྟག་གའི་ཐ་སྤང་མི་ཤེས་པར་བྱད་དོ།

བསྐྱར་སྒྲིབ་གི་ཁ་བྱང་།

- ༡ རྟོག་བཅས་དང་རྟོག་མེད་ཤེས་པ་གཉིས་ཀྱི་བྱང་པར་གང་།
- ༢ དོན་རང་མཚན་གཅིག་ལ་ཐུག་ཐ་དད་པའི་ལྷོག་པ་མི་སྲིད་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་།
- ༣ སྒྲིབ་བས་འཆར་ལ་རེས་འཛོག་མེད་པའི་དཔེ་གང་།
- ༤ ལྷོ་དོན་ཕན་ཚུན་འཆོལ་བ་མེད་པའི་གཏན་ཚིགས་གང་ཡིན།
- ༥ མངོན་སྲུང་ལ་རེས་པ་མི་དགོས་པའི་གཏན་ཚིགས་གང་།
- ༦ མངོན་སྲུང་ལ་རེས་པ་མེད་ཀྱང་ཚད་མ་ཡིན་པའི་གཏན་ཚིགས་གང་།
- ༧ རེས་ན་མངོན་སྲུང་དང་འགལ་བ་རྒྱ་མཚན་གང་།
- ༨ ལྷོ་ལྷོག་རེས་པ་དེ་རྟོག་པ་ཡིན་པའི་གཏན་ཚིགས་གང་།
- ༩ སྒྲིབ་ལྷལ་ལ་སྒྲིབ་རྟོག་མི་འཇུག་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན།
- ༡༠ ལྷོག་བས་འབྱེད་པའི་ཚོས་དེ་མེལ་བ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་།

སྤྱོད་ཆེན་བཅུ་བཞི་ལ།
སེལ་བའམ་གཞན་སེལ་བཤད་ལ།

ས་བཅད་དང་ཕོ། སེལ་བའི་འཛིན་སྤངས་ཕྱ་བཞི།

དེ་ཡང་གཞན་སེལ་གྱི་མཆོན་ཉིད་གང་ཞེ་ན། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

དངོས་འགལ་བཅད་ནས་འཇུག་པ་ནི།

གཞན་སེལ་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པར་བཞེད།

བརྟགས་ཕྱིར་སེལ་བ་དངོས་ཡུལ་མེད།

འབྲུལ་པའི་འཇུག་ཡུལ་རང་མཆོན་ཡིན།

རང་མཆོན་གཅིག་དང་ཐ་དད་ལ།

སེལ་བའི་འཛིན་སྤངས་ཕྱ་བཞི་སྤྱིད།

དེའི་དོན་ནི། དངོས་འགལ་གཅོད་པ་ནི་ཡུལ་གཞན་སེལ་གྱི་མཆོན་ཉིད།

གཞན་སེལ་དེ་རྟོག་པས་བརྟགས་པ་ཅན་ཡིན་ཕྱིར། སེལ་བ་ལ་དངོས་ཡུལ་རང་

མཆོན་པ་མེད་ཀྱང་། སྤང་བརྟགས་གཅིག་ཏུ་འབྲུལ་པའི་འཇུག་ལྟོག་གིས་ཡུལ་དེ་

རང་མཆོན་ཡིན། དོན་གྱི་སྤྱིང་ན་གཅིག་དང་ཐ་དད་པ་ཆུན་འདྲེས་པ་མེད་

ཀྱང་། རང་མཆོན་གཅིག་ཡིན་པ་དང་། ཐ་དད་ཡིན་པ་ལ་སེལ་བའི་འཛིན་སྤངས་

གྱི་སློ་ནས་ཕྱ་བཞི་ཡོད་དེ། ཕྱ་བཞི་པོ་དེ་རྩ་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། གཅིག་ལ་གཅིག་

འཛིན་པའི་ཕྱ། ཐ་དད་ལ་ཐ་དད་འཛིན་པའི་ཕྱ། ཐ་དད་ལ་གཅིག་འཛིན་པའི་

ཕྱ། གཅིག་ལ་ཐ་དད་འཛིན་པའི་ཕྱ་སྟེ་བཞི་ལོ།

ཐ་དད་ལ་གཅིག་ཏུ་འཛིན་པའི་སློ་དང་། གཅིག་ལ་ཐ་དད་འཛིན་པའི་སློ་

གཉིས་ལ་དོན་ཆེན་གསུམ་རེའི་སློ་ནས་འགྲེལ་བཤད་ཡོད་དེ། སློ་འདོགས་པའི་རྩ་

མཆོན། སློས་འཛིན་ཆུལ། དེའི་དགོས་པ་བཅས་སོ།

གཅིག །ཐ་དད་ལ་གཅིག་ཏུ་སྒྲོ་འདྲེགས་པའི་རྒྱ་མཚན།
《རིགས་གཉིས་》ལས།

བྱས་དང་མཚན་ཉིད་གཅིག་པ་ལ^① །
བག་ཆགས་སྟོབས་ཀྱིས་གཅིག་ཏུ་འབྱུང་། །
ཐ་དད་མཚུངས་ལ་འབྲས་བུའི་སྒྲོ། །
གཅིག་དང་ཐ་དད་འགལ་ཞེན། །
ནམ་ཤེས་དང་ནི་སྒྲུན་བཞིན་དུ། །
ཐ་དད་ཡིན་ཡང་ཁྱད་པར་ཡོད། །
ཐ་དད་ནམས་ལ་དགག་སྒྲུབ་ཀྱི^② ། །
བྱ་བ་སྟོགས་གཅིག་རྟོགས་པར་འགྱུར། །

དང་པོ། སྒྲོ་འདྲེགས་པའི་སྒྲོ། ཐ་དད་གཅིག་ཏུ་འབྱུང་བའི་རྒྱ་མཚན་གང་
ཞེན། ཡུལ་དུས་ནམ་པ་ཐ་དད་པའི་མེ་དང་། རྒྱ་དང་། བ་ལང་ལ་སོགས་པ་
ནམས་དོན་ལ་དངོས་པོ་ཐ་དད་པ་ཡིན་ཡང་། རང་གི་མཚན་ཉིད་གཅིག་པའི་
སྒྲིམ་ན། སྒྲོ་དོར་འཛིན་པའི་ཆེ་དེ་དག་གཅིག་ཡིན་པར་རྟོགས་པ་ནི་འབྱུང་བའི་
རྒྱ་མཚན་ཡིན།

གཉིས་པ། སྒྲོས་འཛིན་ཚུལ། ① ཐ་དད་ལ་གཅིག་ཏུ་འབྱུང་ཚུལ། གང་ལྟར་
འབྱུང་ཞེན། ཡུལ་དུས་ནམ་པ་ཐ་དད་པའི་མེ་དང་། རྒྱ་ལ་སོགས་པ་ནམས་
མཐོང་བའི་ཆོ། སྒྲོ་སྟོག་མ་མེད་པ་ནས་གོམས་པའི་བག་ཆགས་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་འདི་
ནམས་མེའོ། རྒྱལོ། བ་ལང་དོ་ཞེས་སྒྲི་གཅིག་ཏུ་འབྱུང་ནས་འཛིན་པ་ལས། འདི་
ནི་ཤར་གྱི་མེའོ། འདི་ནི་སྒྲོའི་མེའོ། འདི་ད་ལྟའི་མེའོ། དེ་ནི་ཁ་སང་གི་མེའོ་ཞེས་
གསལ་བའི་ཆོས་ནམས་སོ་སོར་མི་འཛིན་པ་ལྟ་བུའོ། ② དེ་ལ་མི་འཐད་པ་སྤང་
བ། འོ་ན་ཡུལ་ཐ་དད་པ་བ་ལང་དགར་ཟལ་དང་རོག་པོ་གཉིས་ལ་འབྲས་བུ་སྒྲོ་

① དང་པོ། སྒྲོ་འདྲེགས་པའི་སྒྲོ།

② གཉིས་པ། སྒྲོས་འཛིན་ཚུལ།

③ གསུམ་པ། དགོས་པ།

གཅིག་ཡིན་པར་སྒྲིམ་ཁོང་། ཉ་དང་བ་ལང་གཉིས་ཀྱང་དོན་ཐ་དད་པ་ཡིན་པ་ལ་
འབྲས་བུ་སྒོ་ཐ་དད་པར་སྒྲིམ་པ་འགལ་ལོ་ཞིན། མི་འགལ་ཏེ། དེ་རྣམས་གསལ་བ་
ཐ་དད་ཀྱང་། མཚན་ཉིད་གཅིག་ཡིན་མིན་གྱི་བྱད་པར་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། དུལ་
དང་། དབང་པོ་དང་། ཡིད་ལ་བྱེད་པ་རྣམས་ཐ་དད་པ་ཡིན་ཡང་དེས་རྣམ་ཤེས་
གཅིག་བསྐྱེད་པ་མི་འགལ་བ་དང་། ཡང་། སྒྲན་ཏིག་ཏ་དང་། ཉོང་ལེན་དང་། ཚ་
མཁྱིམ་རྣམས་ཐ་དད་པ་ཡིན་ཡང་འབྲས་བུ་ཆ་བའི་ནད་སེལ་རྒྱས་པ་དང་། ཚ་བ་
ལྷ་དང་། སེ་འབྲུ་སོགས་ཀྱིས་ཆ་བའི་ནད་སེལ་མི་རྒྱས་པ་ལྟ་བུའི་བྱད་པར་ཡོད།

གསུམ་པ། དགོས་པ་ནི། དེ་ལྟ་བུ་མཚན་ཉིད་གཅིག་པའི་ཆོས་རྣམས་ལ་
གཅིག་ཏུ་རྟོགས་པའི་དགོས་པ་གང་ཞིན། དེ་ལྟ་བུའི་དུས་ཐ་དད་པའི་
གསལ་བའི་དངོས་པོ་དེ་རྣམས་ལ་དགག་སྒྲུབ་བམ་སྤང་དོར་གྱི་བྱ་བ་ཕྱོགས་
གཅིག་ཏུ་རྟོགས་པའི་དགོས་པ་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། ཤིང་མེད་ཅེས་བརྗོད་ན།
ཤིང་ཐམས་ཅད་མེད་པར་གོ་བ་ཡིན་གྱི། གསལ་བ་རེ་རེ་ནས་མེད་ཅེས་བརྗོད་
སྒྱུར་མི་དགོས་པ་བཞིན་ནོ།

གཉིས། གཅིག་ལ་ཐ་དད་ཏུ་སྒྲོ་འདོགས་པའི་རྒྱ་མཚན།

《རིགས་གཏེར་》ལས།

གཞན་སེལ་སྒྱུད་དུལ་ཐ་དད་པས་^①།

གཅིག་ལ་འང་ལྷོག་པ་ཐ་དད་ཏུ།^②

སྒྲ་དོན་རྟོག་པའི་འཇུག་ཚུལ་ལྟར་^③།

དོན་ལ་ཐ་དད་ཉིད་ཏུ་ཞིན། །

གཅིག་ལ་གཅིག་ཏུ་མ་རྟོགས་པ་^④།

རྟོགས་པར་བྱེད་ཕྱིར་རྣམ་པར་སྒྲེ། །

དང་པོ། སྒྲ་འདོགས་པའི་སྒྲོ། གཅིག་ལ་ཐ་དད་ཏུ་སྒྲོ་འདོགས་པའི་རྒྱ་

① གཅིག་ལ་ཐ་དད་ཏུ་སྒྲོ་འདོགས་པའི་རྒྱ་མཚན།

② གཅིག་ལ་ཐ་དད་ཏུ་སྒྲོ་འདོགས་པའི་སྒྲོས་འཇིན་ཚུལ།

③ གཅིག་ལ་ཐ་དད་ཏུ་སྒྲོ་བཏགས་པའི་དགོས་པ།

མཚན་གང་ཞིག་ འོན་ལ་དངོས་པོ་གཅིག་ཀྱང་། གཞན་སེལ་གྱི་སྒྲིབ་ལུ་ཐ་དད་
 པ་རུང་སྟེ། དཔེར་ན། སྒྲ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་མཚན་ན། རོ་བོ་སྒྲ་གཅིག་སྤྱིན་
 ཡང་། སེལ་བའི་སློ་འཇུག་ལུ་བྱས་པ་ཡིན་པ་དང་། མི་རྟག་པ་ཡིན་པ་སོགས་
 སློ་ཡི་འཇུག་ཚུལ་གསལ་བ་ཐ་དད་པར་དབྱེ་རུང་བ་ལྟ་བུ་དང་། ཡང་། སྒྲ་ཚོས་
 ཅན། མི་རྟག་སྟེ། བྱས་པའི་ཕྱིར་ལྟ་བུར་མཚན་ན། འོན་གྱི་དངོས་པོ་སྒྲ་གཅིག་སྤྱི་
 ཡིན་ཡང་། དེ་ལ་སེལ་བའི་འཇུག་ཚུལ་གྱི་སློ་ནས་ཚད་གཞི་ཚོས་ཅན་དང་།
 བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས། གཏན་ཚིགས་བཅས་ལྟོག་པ་ཐ་དད་རུ་དབྱེ་རུང་བའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ། སློས་འཛིན་ཚུལ། གཅིག་ལ་ཐ་དད་པ་རི་ལྟར་སློ་འདོགས་ཞིག་
 དཔེར་ན། སྒྲ་དང་། བྱས་པ་དང་། མི་རྟག་པ་གསུམ་པོ་རྫོང་བྱེད་གྱི་སྒྲ་ཐ་དད་
 པས་བརྗོད་པ་ན། གཞན་སེལ་ལ་བརྟེན་ཏེ་སློ་ལ་ཐ་དད་རུ་སྒྲ་བ་ལྟར། འོན་
 ལའང་ཐ་དད་ཉིད་རུ་སློ་བཏགས་ནས་ཞིན་པར་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པ་རེད།

གསུམ་པ། ཐ་དད་སློ་བཏགས་པའི་དགོས་པ། སྒྲ་དང་མི་རྟག་པ་གཉིས་རོ་
 བོ་གཅིག་ཡིན་པ་ལ། གཅིག་རུ་མ་རྟོགས་པའི་མི་རྣམས་ལ་དེ་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་
 ཕྱིར་རུ། གཞན་སེལ་གྱི་སློ་ནས་སྒྲ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལྟོག་པ་དང་། མི་རྟག་པ་མ་ཡིན་
 པ་ལས་ལྟོག་པ། མ་བྱས་པ་ལས་ལྟོག་པའི་སློ་ནས་ཐ་དད་རུ་བྱེ་སྟེ། འོན་ལ་རོ་བོ་
 གཅིག་རུ་བསྐྱབ་ནས། སྒྲ་ཉིད་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་པ་གོ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་
 རུ་རྣམ་པ་དབྱེ་བ་ཡིན་ནོ།

ས་བཅད་གཉིས་པ། གཞན་སེལ་གྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ།

དབྱེ་བ་དངོས་བཤད་པ། 《རིགས་གཉིས་》ལས།

ཡོད་དང་མེད་པར་འཛིན་པ་ཡི། །

སློ་ནས་གཞན་སེལ་རྣམ་པ་གཉིས། །

སྒྲ་དང་སློ་ཡི་དབྱེ་བ་ཡིས། །

ཡོད་མེད་དེ་ཡང་གཉིས་གཉིས་ཡིན། །

དེའི་དོན་ནི། བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་པ་ཡོད་པ་གཞན་སེལ་དང་། དགག་བྱ་འགོག་པ་
 མེད་པར་འཛིན་པའི་གཞན་སེལ་རྣམ་པ་གཉིས་དང་། དེ་ལ་ཡང་ནང་གསེས་

གྱིས་དབྱེ་ན། ཡོད་པ་སྤྱི་ཡི་གཞན་སེལ་དང་སྤྱི་ཡི་གཞན་སེལ་གཉིས། མེད་པ་
ལའང་སྤྱི་ཡི་གཞན་སེལ་དང་སྤྱི་ཡི་གཞན་སེལ་གཉིས་ཏེ་དབྱེ་བ་ནམ་པ་བཞིའོ།

ས་བཅད་གསུམ་པ། རྟོན་ལ་གཞན་སེལ་ཡོད་པ་དགག་པ།

རྟོན་ལ་གཞན་སེལ་མི་འཐད་པའི་ཚུལ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

གཞན་སེལ་སྤྱི་ཡི་འཇུག་ཚུལ་ཡིན་^①།

བེམས་པོའི་རྟོན་ལ་གཞན་སེལ་མེད།

རྟོན་གྱི་གཞན་སེལ་རང་མཆོན་ཕྱིར་^②།

སྤང་ཡུལ་འཇུག་གི་སེལ་བ་ཉམས།

སྤང་བའང་ཡོད་པ་རྟོན་ལ་མཚུངས་^③།

འདོད་ན་ལོང་བ་རྒྱན་ཆད་འཇུག།

དེའི་རྟོན་ནི། གཞན་སེལ་ཞེས་པ་སྤྱི་ཡི་འཇུག་ཚུལ་ཡིན་གྱི། ཕྱི་རྟོན་
བེམས་པོའི་ཐོག་ན་གཞན་སེལ་མེད་དོ། །འགའ་ཞིག་རྟོན་གྱི་གཞན་སེལ་ཞེས་
ཡུལ་བེམས་པོ་ཉིད་ལ་གཞན་སེལ་རུ་འདོད་པ་ནི་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་དགོངས་པ་
དང་མི་མཐུན་ཞེས་གསུངས།

རྟོན་གྱི་སྤྱིང་ན་གཞན་སེལ་ཡོད་ན་དེ་རང་མཆོན་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར་སྤང་
བའི་ཡུལ་རུ་འཇུག་ལ། དེ་ལྟར་ན་རྟོན་ཡུལ་སེལ་བ་ཡིན་པ་ཉམས་སོ།

གལ་ཏེ་རྟོན་པའི་འཛིན་སྤངས་སེལ་བ་རྟོན་ལ་ཡོད་ན། རྟོན་མེད་ཀྱི་འཛིན་
སྤངས་སྤང་བའང་རྟོན་ལ་ཡོད་པར་མཚུངས་པར་རིགས་བསྐྱེའོ། །འདོད་ན་
རྟོན་ཐམས་ཅད་རང་རང་གི་སྤྱིང་ན་སྤང་བ་ཡོད་པས། རྟོན་ཡོད་པ་ཙམ་གྱིས་
སྤང་བའང་ཡོད་པས་དེ་ལྟར་ན་ལོང་བ་རྒྱན་ཆད་པར་འཇུག་རོ། །

① གཞན་སེལ་སྤྱི་ཡི་འཇུག་ཚུལ་ལས་རྟོན་ལ་མེད་པ་བསྟན་པ།

② རྟོན་ལ་གཞན་སེལ་ཡོད་ན་རྟོན་ཡུལ་སེལ་བ་ཡིན་པ་ཉམས་སོ།

③ རྟོན་པའི་འཛིན་སྤངས་སེལ་བ་དེ་རྟོན་ལ་ཡོད་ན་རྟོན་མེད་ཀྱང་ཡོད་པས་ལོང་བ་རྒྱན་ཆད་པར་
འཇུག་བའི་སྤྱོད་བབས་སོ།

ལ་བཅད་བཞི་པ། སྒྲ་སྒོ་འབྲུག་ཕྱི་ནམ་གཞག
གཅིག ཡོད་པའི་སྒྲ་སྒོ་གཉིས་འདུག་ཚུལ་གཅིག་པས་
ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བརྗོད་པ།

《རིགས་གཉིར་》ལས།

དངོས་པོའི་གཞན་སེལ་དངོས་མེད་གཅོད། །

སྒྲ་བ་དང་ནི་མི་སྒྲ་བའི། །

ཡུལ་གྱི་སྒོ་ནས་དབྱེ་ན་གཉིས། །

དེའི་དོན་ནི། ཡོད་པའམ་དངོས་པོའི་གཞན་སེལ་གྱི་མཚན་ཉིད་ནི། སྒོ་དོར་
དངོས་པོ་གཟུང་བ་ཉིད་ཀྱིས་དངོས་མེད་དོན་བྱེད་མི་རུས་པ་གཅོད་པ་དེའོ། དེས་
ན་ཡོད་པའི་སྒྲ་རྟོག་ཐམས་ཅད་ནམ་གཅོད་ཀྱི་ཡུལ་ཡིན་ནོ། ཡོད་པའི་གཞན་
སེལ་ལ་དབྱེ་ན་གཉིས་ཏེ། སྒྲ་བ་དེ་མངོན་གྱུར་གྱི་ཡུལ་དང་། སྒྲོག་གྱུར་གྱི་ཡུལ་
གཉིས་སོ། (1) ཡོད་པའི་གཞན་སེལ་མངོན་གྱུར་ལ་ངེས་པ། 《རིགས་
གཉིར་》ལས།

རང་གི་མཚན་ཉིད་སྒྲ་བ་ལ། །

རྗེས་ཀྱི་ངེས་ཤེས་ཇི་སྟེད་པ། །

སྒྲ་དང་རྟོག་པས་སྤྱེ་བས་ན། །

སེལ་བ་ཆ་ཡི་ཡུལ་ཏུ་འགྱུར། །

དེའི་དོན་ནི། དབང་ཤེས་ལ་ཡུལ་རང་གི་མཚན་ཉིད་སྒྲ་བ་ནི་མངོན་སུམ་
ཡིན་ལ། དེ་ལ་མངོས་པ་དང་མི་མངོས་པ། ཆེ་བ་དང་ཆུང་བ། དཀར་པོ་དང་
དཀར་པོ་མ་ཡིན་པ་ལ་སོགས་པ་མིང་བཏགས་ཤིང་རང་རང་གི་འགལ་ལྷ་བཅད་
པའི་རྗེས་ཀྱི་ཤེས་པ་ཇི་སྟེད་པ་ཐམས་ཅད་ངག་གི་སྒྲ་དང་། ཡིད་ཀྱི་ནམ་པ་རྟོག་
པས་དེ་ལྟར་སྤྱེ་བ་ཡིན་པས་ན་སེལ་བ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་ཡུལ་གྱི་སྒྲོག་ཆ་སོ་སོར་སྤྱེ་
བའི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་ནོ། སྒྲ་བ་ནི་རྟོག་མེད་ཀྱི་ཡུལ་ཡིན་ལ། སེལ་བ་ནི་ནམ་པ་
ཀྱང་ཏུ་རྟོག་པའི་ཡུལ་ཡིན་ནོ། (2) ཡོད་པའི་གཞན་སེལ་སྒྲོག་གྱུར་ལ་ངེས་པ།

《རིགས་གཉིས་》ལས།

རང་གི་མཚན་ཉིད་མི་སྤང་བ།

རྟགས་ལ་ལྟོས་པའམ་མི་ལྟོས་ཀྱང་།

སྤྱོད་དང་རྟོག་པའི་ཡུལ་ཡིན་པས།

ངེས་པ་དེ་ཡང་གཞན་སེལ་ཡིན།

བདེན་དང་མི་བདེན་མཐའ་གཉིས་ལས།

རྟོག་པའི་འཇུག་པ་རྣམ་པ་གསུམ།

དེའི་དོན་ནི། རྟོག་ཀྱང་ལ་ངེས་པའི་གཞན་སེལ་གྱི་མཚན་ཉིད་གང་ཞིན།
 དོན་རང་གི་མཚན་ཉིད་མཛོན་སུམ་ལ་མི་སྤང་བ་རྟགས་ལ་ལྟོས་པ་རྩ་བ་ལས་མི་
 ངེས་པ་ལྟ་བུའམ། རྟགས་ལ་མི་ལྟོས་པ་མེད་སྟུང་པ་ལྟ་བུ་གང་ཡིན་ཀྱང་རུང་།
 སྤྱོད་དོན་དེ་སྤྱོད་དང་རྟོག་པའི་ཡུལ་ཡིན་པས། ཡུལ་གང་ཞིག་མཛོན་མི་མཛོན།
 ཡོད་མེད་སོགས་སུ་ངེས་པ་དེ་ཡང་གཞན་སེལ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་དབྱེ་གསུམ་སྟེ།
 བདེན་པ་ལ་འཇུག་པ་རྗེས་དཔག་གི་གཞན་སེལ་ནི། དཔེར་ན། བོད་སྐད་མཁས་
 ཤིང་བོད་གོས་གྱོན་པས། མི་དེ་བོད་པ་ཡིན་པར་རྟོགས་པ་ནི་བདེན་པའི་གཞན་
 སེལ་ཡིན། རྩུན་པ་ལ་འཇུག་པ་ལོག་ཤེས་གྱི་གཞན་སེལ་ནི། དཔེར་ན། གདོང་གི་
 ལྷགས་མདོག་ནག་པོའི་རྒྱུ་གྱིས་རྒྱ་མི་ལ་བོད་མི་ཡིན་པར་འཛིན་པ་ལོག་ཤེས་གྱི་
 གཞན་སེལ་ཡིན། གཉིས་ཀར་དོགས་པ་ཐེ་ཚོམ་གྱི་གཞན་སེལ། དཔེར་ན། བོད་
 སྐད་ཐོགས་པ་མེད་ཀྱང་གདོང་རྒྱ་མི་དང་འདྲ་བའི་མི་ལ་རྒྱ་བོད་གང་ཡིན་མ་
 ངེས་པ་གཉིས་ཀར་དོགས་པའི་གཞན་སེལ། དེ་ཡང་ཐེ་ཚོམ་གྱིས་ཀྱང་རྟོག་པའི་
 སྟོན་མཐའ་གང་རུང་ཞིག་ལ་འཛིན་པས་ན་སེལ་བ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས། མེད་པ་གཞན་སེལ་གྱི་སྤྱོད་གཉིས་འཇུག་

རྒྱལ་གཅིག་པར་བརྗོད་པ།

《རིགས་གཉིས་》ལས།

མེད་པ་གཞན་སེལ་ཡོད་པ་གཙོད།

དགག་བྱ་ཡོད་དང་མེད་པ་ཡི། །

སྒྲོ་ནས་སེལ་བ་རྣམ་གཉིས་ཏེ། །

དེའི་དོན་ནི། མེད་པ་གཞན་སེལ་གྱི་མཚན་ཉིད་གང་ཞེ་ན། དོན་བྱེད་རྒྱས་པ་
གཙོད་པ་མེད་པ་གཞན་སེལ་གྱི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན། (1) དགག་བྱ་
ཤེས་བྱ་ལ་ཡོད་པ། བྱམ་པ་མེད་པ་དང་། ཀ་བ་མེད་པ། མི་མེད་པ་དང་། སེམས་
ཅན་མེད་པ་སོགས་སོ། (2) དགག་བྱ་ཤེས་བྱ་ལ་མེད་པ་རི་བོང་གི་རྩ་དང་། རྣམ་
མཁའི་མེ་ཏྲོག་དང་། རྒྱས་སྤལ་གྱི་སྤྱ་སོགས་གཙོད་པ་ཡི་སྒྲོ་ནས་སེལ་བ་དེ་རྣམ་
པ་གཉིས་ཡོད་དོ། །

ས་བཅད་ལྷ་ལ། དངོས་མེད་སྤང་ཡུལ་མ་ཡིན་པར་བསྟན་པ།

《རིགས་གཏེར་》ལས།

དངོས་མེད་རོ་བོ་ཡོད་མིན་པས། །

རོ་བོ་མེད་པས་ཤེས་བྱ་མིན། །

དེས་ན་དངོས་པོ་བསལ་བ་ལ། །

དངོས་མེད་ཅེས་ནི་བཏགས་པར་བྱད། །

དེའི་དོན་ནི། དངོས་མེད་སྤང་ཡུལ་མིན་ཏེ། དངོས་མེད་ལ་རང་གི་རོ་བོ་མེད་
ཅིང་། རོ་བོ་མེད་ན་ཤེས་བྱ་ཡིན་མི་སྲིད་དོ། འོ་ན་དངོས་མེད་ཅེས་པའི་ཐ་སྟད་དེ་
གང་ལ་དོས་འཛིན་དགོས་ཞེ་ན། དེ་ནི་དངོས་པོ་བསལ་བ་ཅམ་གྱི་ཆ་ལ་དངོས་
མེད་ཅེས་ཏྲོག་པས་བབྱང་ཞིང་སྤྱས་བརྗོད་པ་སྟེ། གཞན་སེལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་མིང་
འདོགས་པ་ཅམ་དུ་བྱད་དོ། །

ས་བཅད་བྱག་ལ། དངོས་མེད་སྤང་ཡུལ་མིན་པའི་རྒྱུ་ལྟར་།

གཅིག །དོས་པོ་དང་མཚུངས་པ་སྤང་བ།

《རིགས་གཏེར་》ལས།

དངོས་པོ་རྒྱུ་ལས་གྲུབ་པ་ནི། །

དངོས་པོ་མེད་ལ་སྟོས་མི་དགོས། །

དངོས་མེད་རྒྱ་ཡིས་མ་བརྒྱུད་པས།

དངོས་པོ་བཀག་ནས་སྒོ་ངོར་བརྒྱབ།

དེའི་དོན་ནི། ཁོ་ན་རེ། གལ་ཏེ་དངོས་མེད་ལ་དངོས་པོའི་ངོ་བོ་མ་གྲུབ་ཀྱང་།
དངོས་མེད་རང་གི་ངོ་བོ་གྲུབ་པས་ཅི་ཡང་མ་གྲུབ་པ་གལ་ཡིན། དངོས་པོའི་ངོ་
བོ་མ་གྲུབ་ཅམ་གྱིས་མ་གྲུབ་པར་འགྱུར་ན། འོ་ན། དངོས་པོ་ལ་ཡང་དངོས་མེད་
ཀྱི་ངོ་བོ་མ་གྲུབ་པས་མཚུངས་སོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་མི་མཚུངས་ཏེ། དངོས་པོ་ནི་རང་
གི་རྒྱ་ལས་གྲུབ་པས་དངོས་མེད་བཀག་པ་ལ་སྟོས་མི་དགོས་པར་རྟོག་མེད་ཀྱི་
ངོར་སྒྲུང་བས་གྲུབ་ཅིང་། རྟོག་པའི་ངོར་སེལ་བས་སྒྲུབ་ཅིང་ཡོད་པ་རེད། དངོས་
མེད་རྒྱ་ལས་མ་སྒྲིས་པས་ངོ་བོ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། རྒྲུང་བས་མི་འགྲུབ་ཅིང་དངོས་
པོ་བཀག་ནས་སེལ་བས་བརྒྱབ་པ་ཡིན་ནོ།

གཉིས། ཚད་མ་དང་འགལ་བ་སྤང་བ།

《རིགས་གཏེར་》ལས།

རི་བོང་རྩ་སོགས་མེད་མོད་ཀྱི།

འདུས་མ་བྱས་དང་འབྲུལ་ཡུལ་གཉིས།

དེར་སྒྲུང་བ་ཡིས་སྟོབས་ཉིད་ལས།

དེ་ཡུལ་ཡོད་པར་གྲུབ་ཅེ་ན།

དེའི་དོན་ནི། ཡང་ཁོ་ན་རེ། རི་བོང་གི་རྩ་དང་། མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་སོགས་ནི་མེད་
པ་བདེན་མོད། འདུས་མ་བྱས་གསུམ་དང་། འབྲུལ་སྒྲུང་གཉིས་ཏེ། རྟོག་པ་འབྲུལ་
པ་དོན་གྱི་དང་། རྟོག་མེད་འབྲུལ་པ་མེད་པ་གསལ་སྒྲུང་སྟེ་ཟླ་བ་གཉིས་སྒྲུང་སྟེ་
བྱ་མེད་སྒྲུང་གི་ཡུལ་དེ་ལ་སོ་སོར་སྒྲུང་བས་ཚུང་བའི་སྟོབས་ཉིད་ལས། ཡུལ་དེ་
དག་ཡོད་པར་གྲུབ་སོ་ཞེ་ན། དེའི་ལན་ཏུ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

དེ་སྒྲུང་བ་དེ་ཤེས་པ་ཡིན།

ཕྱིར་འདོད་ཚད་མ་གཞལ་མི་རུས།

དེས་ན་འདུས་མ་བྱས་གསུམ་དང་།

འབྲུལ་ཡུལ་གཉིས་ལ་ཚད་མ་མེད།

དེའི་དོན་ནི། དོན་སྤྱི་དང་མེད་པ་གསལ་སྒྲུང་ལ་སོགས་ཡུལ་དེ་དང་དེར་
སྒྲུང་བ་དེ་ནི་ཤེས་པ་ཉིད་ལས་མ་འདས་པ་ཡིན་ཞིང་། ཤེས་པ་ལས་གྲུད་ན་ཕྱི་
རོལ་གྱི་དོན་རྩ་འདོད་པ་ནི་སྒྲོས་སྒྲོ་བཏགས་པ་ཡིན་པས་ཆད་མས་གཞལ་མི་
རུས་སོ། དེས་ན་འདུས་པ་བྱས་པ་གསུམ་སྟེ་ནམ་མཁའ་དང་། སོ་སོར་བརྟགས་
པས་འགོག་པ་དང་། བརྟགས་མིན་གྱིས་འགོག་པ་རྣམས་ནི། འདུས་བྱས་བཀག་
པའི་སྒྲོ་ནས་ཡུལ་རྩ་བྱེད་པ་ནི་རྟོག་པའི་ཆོས་ཡིན་པས་གཞན་སེལ་ལས་མ་འདས།
དོན་སྤྱི་དང་མེད་པ་གསལ་སྒྲུང་གཉིས་ནི་རྟོག་པ་དང་། རྟོག་མེད་འབྲུལ་པ་ཡིན་
པས་དེའི་ཡུལ་ཡང་ཤེས་པ་ཉིད་ལས་མ་འདས་པའི་ཕྱིར་ན། ཡུལ་དེ་དག་ལ་ངོ་བོ་
ཡོད་པར་སྐབ་བྱེད་ཀྱི་ཆད་མ་མེད་དོ།

གསུམ། བྲགས་པ་དང་འགལ་བ་སྒྲུང་བ།

《རིགས་གཏེར་》ལས།

ནམ་མཁའ་མེད་ན་འཇིག་རྟེན་དང་། །

བསྐྱན་བཅོས་གཉིས་དང་འགལ་ཞིན། །

དེའི་དོན་ནི། ཁོ་ན་རེ། འོ་ན། ནམ་མཁའ་མེད་ན་འཇིག་རྟེན་དང་བསྐྱན་བཅོས་
གཉིས་ཀ་དང་འགལ་ཏེ། ནམ་མཁའ་སྒྲུང་ཅམ་དང་། ནམ་མཁའ་ལ་དཔེར་བརྗོད་
པ་ཐམས་ཅད་མི་སྲིད་པར་འགྱུར་རོ་ཞིན། དེའི་ལན་རུ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

རང་མཚན་མེད་ཕྱིར་མངོན་སུམ་མིན། །

འབྲེལ་པ་མེད་ཕྱིར་རྗེས་དཔག་མེད། །

དེས་ན་ནམ་མཁའ་ཡོད་དོ་ཞེས། །

སྐབ་པ་བྱེད་ལ་ཆད་མ་མེད། །

དེའི་ལན་རུ། ནམ་མཁའ་ཞེས་པ་དེ་ནི་ཐོག་རིག་དང་བྲལ་ཅམ་གྱི་ཆ་དེ་ལ་
བཏགས་པ་ཅམ་ལས། དོན་རྩ་ནམ་མཁའ་ལ་རང་མཚན་མེད་པའི་ཕྱིར་མངོན་
སུམ་ཆད་མའི་ཡུལ་མིན། གལ་ཏེ་རང་རིག་གིས་གྲུབ་ན་ཤེས་པ་འགྱུར་ལ། དོན་
རིག་དབང་པོས་བརྒྱུད་ན་གཞུགས་སུ་འགྱུར་རོ། ནམ་མཁའ་དང་ཆོས་གང་ཡང་
དེ་ལས་དེ་བྱུང་གི་འབྲེལ་པ་དང་། ངོ་བོ་བདག་གཅིག་གི་འབྲེལ་པ་གཉིས་ཀ་མེད་

པའི་ཕྱིར་རྗེས་དཔག་གིས་ཀྱང་ཡོད་པ་སྐྱབ་བྱེད་མེད་དོ། །དེས་ན་ནམ་མཁའ་
ཡོད་དོ་ཞེས་པའི་སྐྱབ་བྱེད་གི་ཚད་མ་མེད་པས། རྣམ་མཁའ་ཡོད་པར་འདོད་པ་
ནི་དམ་བཅའ་ཅམ་རུ་ཟེད་དོ། །ཁོ་ན་རེ། འོ་ན། རྣམ་མཁའ་སྟོན་པོར་སྤང་བ་དང་།
བྱ་གའི་ནང་གི་ནམ་མཁའ་མཛོན་སྤྲུལ་རུ་མཐོང་བ་འདི་དག་ཅི་ཡིན་ཞེ་ན། དེའི་
ལན་རུ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

སྟོན་པོར་སྤང་བ་ཁ་དོག་ཡིན། །

བྱ་ག་གཟུགས་མ་མཐོང་བ་ཡིན། །

དེས་ན་རྒྱན་དང་བྱ་ག་ཡི། །

ནམ་མཁའ་ནམ་མཁའི་སྐྱབ་བྱེད་མིན། །

རྒྱན་ནམ་མཁའ་ཞེས་སྟོང་གི་གནམ་སྟོན་པོར་སྤང་བ་འདི་ནི་རྒྱ་མཚོའི་འོད་
དམ། པར་སྤང་མཐའ་མེད་པའི་སྟོང་གཟུགས་འོད་གྱི་ཁ་དོག་ཅམ་ཡིན་གྱི་ནམ་
མཁའ་རང་མཚན་པ་མིན། །བྱ་གའི་ནང་སྟོང་པ་ཉ་རེ་བར་མཐོང་བ་ནི་གཟུགས་
གཞན་མ་མཐོང་བའི་ཆ་ཅམ་ཡིན་གྱི་ནམ་མཁའ་མཐོང་བ་མིན་པས་དེས་ན་རྒྱན་
དང་བྱ་གའི་ནམ་མཁའ་འདི་དག་ནི་ནམ་མཁའ་ཡོད་པ་སྐྱབ་བྱེད་མིན་ནོ། །

བཞི། ལུང་དང་འགལ་བ་སྤང་བ།

《རིགས་གཏེར་》ལས།

འདུས་མ་བྱས་རྣམས་མ་གྱུབ་ན། །

རྟག་པར་བཤད་པ་འགལ་ཞེ་ན། །

ཁོ་ན་རེ། གལ་ཏེ་ནམ་མཁའ་ལ་སོགས་འདུས་མ་བྱས་རྣམས་རོ་བོས་མ་གྱུབ་
ན། ཤེས་བྱ་ལ་འདུས་བྱས་དང་། འདུས་མ་བྱས། རྟག་པ་དང་། མི་རྟག་པ་
རྣམས་ཕན་ཚུན་དངོས་འགལ་ཡིན་པས། དེས་ན་འདུས་མ་བྱས་པ་དེ་རྟག་པ་
ཡིན་དགོས་ཤིང་། ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས་ཀྱང་རྟག་པའི་དཔེར་ནམ་མཁའ་ལ་
མཛོད་པ་སོགས་ལུང་ལས་བཤད་པ་རྣམས་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། དེའི་ལན་རུ།
《རིགས་གཏེར་》ལས།

ཕྱ་སྟོགས་བྱེད་དང་ཉན་ཐོས་གྱི། །

རྟག་སྤྱ་གཉིས་པོ་རྟག་པར་འདོད། །

ཚོས་ཀྱི་གྲགས་པ་མི་རྟག་པ། །

ལོག་ལ་རྟག་པའི་ཐ་སྟངས་འདོགས། །

ཕྱི་རོལ་པའི་ལྷ་སྟགས་པ་ཁ་ཅིག་དང་། རང་པའི་རྟག་སྤྱ་གཉིས་ཏེ། ཉན་ཐོས་
བྱེ་བྲག་སྤྱ་བ་དང་། མདོ་སྡེ་པ་གཉིས་ཀྱིས་ཚོས་ཐམས་ཅད་རྣམས་སྤྱོད་པར་
འདོད་པའི་ཕྱིར་ནམ་མཁའ་རྟག་པའི་རྣམས་སྤྱ་འདོད་ཀྱང་། དཔལ་ཚོས་ཀྱི་གྲགས་
པས་མི་རྟག་པ་ལས་ལོག་ཅམ་ལ། རྟག་པའི་ཐ་སྟངས་འདོགས་པར་མཛད་པ་ཡིན་
ཀྱི། རྟག་པ་རྣམས་ཡོད་དུ་མི་འདོད་ཅིང་། ཡོད་པ་དང་རྟག་པ་གཞི་མཐུན་བཞེད་
པ་མ་ཡིན་ནོ། །

ལ། དོན་བསྟུ་བ།

《རིགས་གཏེར་》ལས།

དབང་ཤེས་སྤྱགས་པ་མིག་ཅན་འདྲ། །

རྟོག་པ་ལོང་བ་སྤྱ་མཁས་འདྲ། །

རང་རིག་དབང་པོ་ཆང་བ་ཡིས། །

གཉིས་པོ་དེ་ཡི་བརྟ་སྟོང་བྱེད། །

དེའི་དོན་ནི། དབང་ཤེས་ཀྱིས་ཐད་ཀར་ཡུལ་རང་མཚན་པ་དེ་སྤྱང་བར་བྱེད་
ཀྱང་། དེས་སྤྱང་དོར་དང་དགག་སྤྱབ་ཀྱི་ཐ་སྟངས་མི་བརྟོད་པས། དཔེར་ན་
སྤྱགས་པ་མིག་ཅན་དང་འདྲའོ། རྟོག་པ་ནི་རང་གི་ཡུལ་མདོན་སྤྱ་མ་མཐོང་ཡང་
སེལ་བའི་ངོར་ཡིན་མིན་དང་། བཟང་ངན་སོགས་སོ་སོར་འབྱེད་པའི་ཕྱིར། དཔེར་
ན་ལོང་བ་སྤྱ་མཁས་དང་འདྲའོ། །རང་རིག་མེད་ན་མཐོང་བ་དང་། རྟོག་པའི་ཐ་
སྟངས་ཅི་སྟེད་ཀྱང་མེད་ལ། རང་རིག་གིས་སྤྱང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་རྟོག་མེད་ཀྱི་
ཡུལ་ལ་རྟོག་པས་འབྱུག་པ་ན། རང་རིག་དང་དབང་པོ་ཆང་བ་ཡིས་རྟོག་པ་དང་།
རྟོག་མེད་ཀྱི་ཤེས་པ་གཉིས་པོ་དེས་དོན་གང་ཡིན་པ་དེ་བརྟ་སྟོང་པར་བྱེད་དོ། །

བསྐྱར་སྒྱུར་གི་ཁ་བྱང་།

- ༡ སེལ་བའི་མཚན་ཉིད་གིས།
- ༢ སེལ་བའི་འཇུག་སྒྲངས་ཀྱི་མུ་བཞིའི་དཔེར་བཞོན་གཅིག་གིས།
- ༣ ཐ་དད་ལ་གཅིག་ཏུ་སྒྲོ་འདོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནང་གསེས་དང་བཅས་པ་གིས།
- ༤ གཅིག་ལ་ཐ་དད་དང་། ཐ་དད་ལ་གཅིག་ཏུ་སྒྲོ་འདོགས་ཚུལ་གཉིས་བྱང་པར་གང་གིས།
- ༥ ཡོད་པའི་སྒྲ་སྒྲོ་གཉིས་འཇུག་ཚུལ་གཅིག་པ་ཞེས་པའི་དོན་གང་ཡིན།
- ༦ ཡོད་པའི་གཞན་སེལ་མངོན་གྱུར་དང་། རྒྱུ་གྱུར་གཉིས་ལ་བྱང་པར་གང་གིས།
- ༧ དངོས་མེད་སྤང་ཡུལ་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན།
- ༨ དངོས་པོ་དང་དངོས་མེད་གཉིས་ཡོད་མེད་དོན་ལ་མི་མཚུངས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་།
- ༩ ཅུམ་མཁའ་རང་མཚན་མིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་།
- ༡༠ དབང་ཤེས་དང་རྟོག་པ་གཉིས་བྱེད་ལས་ཀྱི་དཔེར་ཇི་ལྟར་གིས་འདུག

སྒྲིབ་ཚན་བཅུ་ལྔ་པ།
གཞན་སེལ་གྱི་ཚུད་ཐུང་བཤད་པ།

མ་བཅད་དང་པོ། སྤྱི་མེད་ན་བར་སྒྱུར་བ་མི་སྤྱིད་པའི་ཚུད་ཐུང་།

《རིགས་གཏེར་》ལས།

སྤྱི་མེད་ཕྱིར་ན་དེ་ཡི་སྤྱི། །

སྤྱི་མེད་ཅན་རུ་འགྱུར་ཞེ་ན། །

བརྗོད་འདོད་དབང་གིས་འཇུག་པའི་སྤྱིར། །

སྤྱི་རྣམས་ཡུལ་ལ་སྤྱོད་པ་མེད། །

དེའི་དོན་ནི། བྱེ་བྱག་པ་ན་རེ། སྤྱི་འཕ་བརྗོད་བྱ་དེ་དངོས་པོ་མ་གྲུབ་པས་ན་སྤྱི་
སྤྱི་སྤྱི་རྗོད་བྱེད་གྱི་སྤྱི་ཡང་སྤྱི་མེད་ཅན་རུ་འགྱུར་ཏེ། བྱེད་གཞི་མེད་པའི་བྱེད་
ཆོས་མི་སྤྱིད་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེ་ན།

དེའི་ལན་རུ། སྤྱི་རྣམས་ནི་ཡུལ་གྱིས་རྒྱུར་བཞག་པ་མ་ཡིན་གྱི་བརྗོད་འདོད་གྱི་
དབང་གིས་ཕར་སྒྱུར་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། རྗོད་བྱེད་གྱི་སྤྱི་རྣམས་མཐའ་གཅིག་རུ་
བརྗོད་བྱའི་ཡུལ་ཡོད་པ་ལ་སྤྱོད་པའི་ངེས་པ་མེད་དོ། །ཡང་དེ་ལ་ཚུད་པ།

《རིགས་གཏེར་》ལས།

དེ་ལྟར་ཡིན་ན་ཆོས་ཆོས་ཅན། །

བརྗོད་པ་དོན་མེད་འགྱུར་ཞེ་ན། །

བྲལ་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཞེ་ན།

དོན་གྱི་རོ་པོ་གཅིག་ཉིད་ལ། །

བརྗོད་འདོད་སྤྱོད་པས་གྱིས་སྤྱི་གཉིས་སྤྱིར། །

ཡང་ཁོ་ན་རེ། གལ་ཏེ་སྤྱི་རྣམས་དོན་གྱི་སྤྱི་རྣམས་བཞག་པ་མིན་པ་དེ་ལྟར་ན་ཉི་
མའི་འོད་ཟེར་ཞེས་ཆོས་བརྗོད་པའི་སྤྱི་དང་། ཉི་མ་སེར་པོ་ཞེས་ཆོས་ཅན་བརྗོད་
པའི་སྤྱི་ཐ་དད་རུ་སྤྱིར་བ་དོན་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། དོན་ཐམས་ཅད་རང་མཆོན་

ཀྱང་པ། སྤྱི་དང་བྲལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

དེའི་ལན་རྒྱ། ཚས་བཟོད་པའི་སྤྱི་དང་། ཚས་ཅན་བཟོད་པའི་སྤྱི་གཉིས་དོན་
གྱི་ངོ་བོ་རང་མཚན་གཅིག་ཉིད་ཡིན་པས་བྱུང་པར་མེད་མོད། བཟོད་འདོད་
སྟོབས་ཀྱིས་གང་ཞིག་བཟོད་པའི་དོན་དེ་གོ་སྤྱི་བའི་ཆེད་རྒྱ། འོད་ཟེར་དེ་ཉི་མ་
ལས་གཞན་པའི་ཡིན་པ་སྤྱིར་བ་བྱུང་པར་གཞན་སྤྱིར་གི་སྤྱུལ་མ་ཚས་བཟོད་ཀྱི་སྤྱི་
དང་། ཉི་མ་ཁེར་པོ་ལྟ་བུ་བྱུང་པར་གཞན་མི་སྤྱིར་བའི་སྤྱུལ་མ་ཚས་ཅན་བཟོད་
པའི་སྤྱི་གཉིས་སྤྱིར་བ་ཡིན་ནོ།

ས་བཅད་གཉིས་པ། གཞན་སེལ་མི་སྤྱིད་པའི་ཆོད་སྤྱང་།

《རིགས་གཏེར་》ལས།

དངོས་འགལ་གཅོད་པ་གཞན་སེལ་སྤྱི།

དེ་ནི་སན་ཚུན་བརྟེན་པའི་ཕྱིར།

གཅིག་མ་གྲུབ་པས་གཉིས་ཀ་མེད།

དེས་ན་གཞན་སེལ་མི་སྤྱིད་ལོ།

ཁོ་ན་རེ། དངོས་འགལ་གཅོད་པ་སྤྱི། དཔེར་ན། ཤིང་ཡིན་པ་གོ་བ་ལ་དེའི་
དངོས་འགལ་ཤིང་མིན་གཅོད་པ་གཞན་སེལ་གྱི་སྤྱི་ཞེས་ཟེར། དེ་ནི་ཤིང་ཡིན་
པར་གོ་བར་ཤིང་མིན་དང་། ཤིང་མིན་ཡིན་པར་གོ་བར་ཤིང་ལ་སྟོས་དགོས་པ་
ལྟར། སན་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་དགོས་པའི་ཕྱིར་ན། དེ་གཉིས་གང་རུང་
གཅིག་མ་གྲུབ་ན་གཅིག་ཤོས་ཀྱང་གྲུབ་ཐབས་མེད་པས། མཐར་གཉིས་ཀ་འཛིན་
པ་མེད་པར་འགྱུར་བ་དེས་ན་དེ་མིན་གཅད་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་གཞན་སེལ་
གྱི་ནམ་གཞག་འདི་ཉིད་འཐད་པ་མི་སྤྱིད་དོ། ཞེ་ན། དེ་ལ་མགོ་མཚུངས་རིགས་
པའི་ལན། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

བྱིད་ཀྱང་དངོས་འགལ་མི་གཅོད་ན།

དེ་ཡི་ངོ་བོ་རྟོགས་མི་སྤྱིད།

གཅོད་ན་འགལ་བླ་མི་རྟོགས་པས།

ཐ་སྟོད་ཐམས་ཅད་མེད་པར་འགྱུར།

དེའི་ལན་རུ། འོ་ན། བྱིད་ཀྱིས་ཀྱང་ཤིང་ཞེས་པའི་བརྗེད་དེས། དངོས་འགལ་
ཤིང་མིན་མི་གཙོད་ན་ཤིང་དེའི་ངོ་བོ་རྟོགས་པར་མི་སྲིད་དེ། ཤིང་གི་བརྗེད་དེས་
ཤིང་མིན་མི་གཙོད་ན་ཤིང་མི་རྟོགས་ཏེ། དེ་དང་འགལ་བ་མི་གཙོད་པའི་སྤྱིར།
དཔེར་ན། ཤིང་བྱིར་ཤོག་ཅེས་བརྗོད་ན། རྒྱག་པ་དང་། ཐང་ཤིང་ལ་སོགས་པ་
ལ་གོ་བ་བཞིན་ནོ། །

དངོས་འགལ་དེ་གཙོད་ན་ཤིང་དང་། ཤིང་མིན་གཉིས་པོ་འགལ་བླ་གཅིག་མ་
བཟུང་ན་གཅིག་ཤོས་མི་རྟོགས་པས། དེ་ལྟར་ན་བྱིད་ལའང་ཤིང་དགག་སྐྱབ་གྱི་ཐ་
སྟངས་ཐམས་ཅད་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །

དངོས་འགལ་བསལ་ནས་དངོས་པོ་དེ། །

མི་བསྐྱབ་འོན་ཀྱང་གཅིག་མཐོང་བས། །

དེ་ལ་བརྗེད་བྱེད་ཐ་སྟངས་ཀྱི། །

རུས་ནའང་དེ་ཉིད་རྟོགས་ཤིང་། །

ཡང་སྤྱི་དངོས་པོ་སྐྱབ་བ་རྣམས་ན་རེ། ཁོ་བོ་ཅག་དགག་པ་སྟོན་རུ་འགྲོ་བའི་
སྐྱབ་པ་མི་འདོད་དེ། དཔེར་ན། དངོས་འགལ་ཤིང་མིན་བསལ་ནས་དངོས་པོ་ཤིང་
ཡིན་པར་མི་བསྐྱབ་མོད། འོན་ཀྱང་སྐྱབ་པ་རྒྱང་པ་འདོད་དེ། ཡལ་ག་ལོ་འདབ་
དང་ལྷན་པ་གཅིག་མཐོང་བ་དེ་ལ་འདི་ཤིང་ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗེད་བྱེད་པ་དང་། སྤྱིས་
ནས་ཤིང་གང་ཞིག་མཐོང་བ་ནའང་དེ་ཤིང་ཡིན་པར་རྟོགས་སོ་ཞེ་ན།

བརྗེད་ཡི་རུས་ན་ཤིང་མ་ཡིན། །

མ་བཀག་ན་ནི་ཤིང་མི་འགྲུབ། །

གལ་ཏེ་བཀག་ན་ཤིང་འགྲུབ་མོད། །

འོན་ཀྱང་དེ་ནི་གཞན་སེལ་ཡིན། །

དེའི་ལན་རུ། འོ་ན། བྱིད་ལ་ཐོག་མར་འདི་ཤིང་ཡིན་ཞེས་བརྗེད་སྤྱིར་བའི་རུས་
སྤྱ། གཞན་ས་དང་། རྟོ་ལ་སོགས་ཤིང་མ་ཡིན་པ་ཞེས་མ་བཀག་ན། སྤྱིས་ཐ་སྟངས་
སྤྱིར་བའི་རུས་ས་དང་རྟོ་ལ་སོགས་པའང་ཤིང་རུ་དོགས་ནས་སྤྱིར་བརྗེད་པའི་
སྐབས་སྤྱ། དེ་ལས་གཞན་པའི་ཤིང་ཡོད་པ་མ་བཀག་པའི་སྤྱིར་ན་བརྗེད་དེས་ཤིང་

ཡིན་པ་མི་འགྲུབ། གལ་ཏེ་འདི་འདྲ་བ་ཁོ་ན་ཤིང་ཡིན་ཞེས་གཞན་ལྟན་ནམ་
གཙོད་གྱི་སྒོ་ནས་ཤིང་བསྐྱབ་ན་ཤིང་ཡིན་པ་འགྲུབ་མོད། འོན་ཀྱང་དེ་ནི་ཤིང་
མིན་གཞན་བསལ་བས་ན་གཞན་སེལ་ཡིན་ནོ། །གཞན་སེལ་མི་སྲིད་པའི་ཚོད་
ལན་དངོས་ནི། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

ཡལ་ག་ལོ་མ་ལྟན་མཐོང་ནས། །

དེ་ལ་ཤིང་གི་བརྟུང་བ། །

བརྟུང་དེ་རིགས་ལ་སྦྱར་བར་བྱེད། །

རིགས་ནི་གཞན་སེལ་ལས་གཞན་མིན། །

དེའི་དོན་ནི། ཁོ་ཐོའི་ལུགས་ལ་ཐོག་མར་ཡལ་ག་ལོ་མ་དང་ལྟན་པའི་སྤྱི་དོན་
གྱི་དངོས་པོ་ཞིག་མཐོང་བའི་ཚེ། དེ་ལ་གཞན་སེལ་གྱིས་སྒོ་ནས་ཤིང་གི་བརྟུང་
ཅིང་། བརྟུང་དེ་རྒྱལ་བཅས་གྱི་སྒོ་ངོར་དེ་དང་རིགས་མཐུན་ནམས་ལ་གཅིག་ཏུ་
ཞེན་ནས་ཐ་སྦྱད་སྦྱར་བར་བྱེད་ཅིང་། རིགས་དེ་ནི་རིགས་མི་མཐུན་གཞན་སེལ་
ལས་གཞན་ཏུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ལས་བསྒྲིག་ནས་དེར་འཇུག་ཕྱིར། །

ཆོག་ཀྱན་ངེས་བཟུང་སྟེང་པོ་ཅན། །

དེའི་དོན་ནི། བརྟུང་པ་མཐའ་བཟུང་གི་སྒོ་ནས། ཁོ་ན་རེ། འོ་ན། སྤྱི་ཐམས་
ཅད་གཞན་སེལ་ཁོ་ནས་སྦྱོར་ན། གཞན་ལྟན་ནམ་གཙོད་གྱི་ཆོག་ཁོ་ན་དངོས་སུ་
སྦྱར་དགོས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། སྤྱི་སྦྱར་ཐམས་ཅད་རང་གི་བརྟུང་དོན་གང་ཡིན་
པ་དེ་ལས་གཞན་པའི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ལས་བསྒྲིག་སྟེ། གང་བརྟུང་པའི་མིང་
ཅན་དེ་ཁོ་ན་ལ་འཇུག་པའི་ཕྱིར། ཆོག་ཐམས་ཅད་ངེས་བཟུང་གི་སྟེང་པོ་ཅན་གྱི་
སྤྱི་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། ལྷ་པའི་ནང་རྒྱ་བྱིར་ཤོག་ཅེས་བརྟུང་པ་ལྷ་བྱ་ལ་ལྷ་པ་
ཁོ་ནའི་ནང་རྒྱ་བྱིར་ནས་འོང་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཏུ་ལྷ་པ་མི་
དགོས་ན་རྒྱ་བྱིར་ཤོག་ཅེས་ཟེར་ཆོག་པ་དང་། རྒྱ་མི་དགོས་ན་ལྷ་པ་བྱིར་ཤོག་
ཅེས་པས་ཆོག་ཅིང་། གཉིས་ཀ་ངེས་པར་མི་འཛིན་ན་ཅི་ཡང་ཁུང་བ་ཞིག་བྱིར་
ཤོག་ཅེས་པའི་ཆོག་ཐོབ་ཅིང་ཡོད་པ་ལྷ་བྱ་རེད། དེས་ན་གང་བརྟུང་པའི་སྤྱི་དེ་

ནི་གཞན་སེལ་ཞིང་ངེས་བཟུང་བའི་དོན་ཅན་ཡིན་ནོ། །

ས་བཅད་གསུམ་ལ། གཞན་སེལ་འབྱུག་པ་འགལ་བའི་ཚྭ་སྤང་།

《རིགས་གཏེར་》ལས།

ཤེས་བྱ་སོགས་སྒྲིབ་གཅད་བྱ་མེད། །

དེ་ལ་རྣམ་གཅད་འགལ་ཞེ་ན། །

དེ་ལ་གཞན་དངོས་མེད་ནའང་། །

བཏགས་པའི་སྒྲིབ་ནས་རྣམ་གཅད་ཡོད། །

ཁོ་ན་རེ། ཤེས་བྱ་དང་། ཐམས་ཅད། མཐའ་དག །མ་ལུས་ལ་སོགས་པའི་སྒྲིབ་
རྣམས་ལ་དེ་མ་ཡིན་པ་གཞན་གཅོད་བྱ་མེད་དེ། མཐའ་དག་གི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་
པས་དེ་ལ་རྣམ་གཅད་གྱི་གཞན་སེལ་འབྱུག་པ་འགལ་ལོ་ཞེ་ན།

དེའི་ལན་དུ། ཤེས་བྱ་སོགས་དེ་ལས་གཞན་པའི་དངོས་པོ་མེད་ནའང་། དེ་
མིན་དུ་སྒྲིབ་བཏགས་པའི་སྒྲིབ་ནས་རྣམ་གཅད་ཡོད་དེ། སྒྲིབ་པ་ཤེས་བྱ་མ་ཡིན་པར་
སྒྲིབ་བཏགས་པ་ཉིད་གཅོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ས་བཅད་བཞི་ལ། གཞན་སེལ་བཏགས་ན་མི་འཐད་པའི་ཚྭ་སྤང་།

《རིགས་གཏེར་》ལས།

གལ་ཏེ་བྱིད་གྱི་ལྷག་པ་དེ། །

དངོས་པོ་ཡིན་ན་སྒྱིད་ང་མཚུངས། །

དངོས་མེད་ཡིན་ན་དགོས་ལུས་མེད། །

དེས་ན་ལྷག་པ་མི་དགོས་ལོ། །

ཁོ་ན་རེ། གལ་ཏེ་བྱིད་གྱིས་འདྲོད་པའི་ལྷག་པ་འཕམ་གཞན་སེལ་དེ། དངོས་
པོར་གྲུབ་པ་ཞིག་ཡིན་ན། སྒྱིད་དངོས་པོ་འདྲོད་པ་ལ་བརྗོད་པའི་སྒྲིབ་རྣམས་
མཚུངས་པར་འབྱུག་ལ། དེ་དངོས་མེད་ཡིན་ན་ཅི་ཡང་མེད་པས་དེ་ལས་དོན་
ཐོབ་པའི་ལུས་པ་གང་ཡང་མེད། དེས་ན་ལྷག་པ་འཕམ་གཞན་སེལ་ཞེས་པ་འདིའི་
རྣམ་གཞག་མི་དགོས་ལོ་ཞེ་ན།

གཅིག །བོད་མྱ་རབས་པའི་ལན་མི་འབྲང་ཚུལ།
 བོད་མྱ་རབས་པས་འདི་ལ་ལན་བཏབ་པ་དེ་མི་འབྲང་པའི་ཚུལ་བཤད་པ།
 《རིགས་གཏེར་》ལས།

འདི་ལ་བོད་རྒྱལ་ས་ཕལ་ཆེར་ནི། །
 དངོས་པོའི་ལྷག་པ་དངོས་པོར་འདོད། །
 བོད་རྒྱལ་ས་ན་ལ། རྟོན་འདི་ལ་བོད་ཀྱི་རྟོག་གེ་པར་རྒྱལ་པ་ཕལ་ཆེར་བས་
 དངོས་མེད་ཀྱི་ལྷག་པ་དངོས་མེད་ཡིན་ཡང་། དངོས་པོའི་ལྷག་པ་ཡང་དངོས་
 པོར་འདོད་དེ། དེ་དངོས་པོ་དང་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་ཏུ་འདོད་པས་སོ། །
 དེ་མི་འབྲང་པའི་ཚུལ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

དེ་ལྟ་ཡིན་ན་གླིང་གློན། །
 བརྗོད་པ་འདི་ནི་གདོན་པ་དཀའ། །
 ཤིང་མིན་ལས་ལྷག་དངོས་པོ་དེ། །
 ཤ་པ་ཡིན་ན་གཞན་ཤིང་མིན། །
 གཞན་ཤིང་ཡིན་ན་ཤ་པ་མིན། །
 དེ་ཡི་རང་བཞིན་གཞན་མིན་གྱིར། །

དེའི་ལན་ཏུ། དེ་ལྟར་དངོས་པོའི་ལྷག་པ་དངོས་པོ་ཡིན་ན། གླིང་དངོས་པོར་
 འདོད་པ་དང་མཚུངས་པའི་རྒྱུན་བརྗོད་པ་འདི་ནི་གདོན་པ་དཀའ་སྟེ། ཤིང་མིན་
 ལས་ལྷག་པའི་དངོས་པོ་དེ་ཤིང་ཤ་པ་ཡིན་ན་མ་མིན་ཅེས་འདྲིའོ། ཤ་པ་ཡིན་ན་
 དེའི་རང་བཞིན་དེ་ཤིང་ཤུག་པ་ལ་སོགས་གཞན་ལ་རྗེས་སུ་མི་འགོ་བས། ཤུག་པ་
 ལ་སོགས་ཤིང་མིན་པར་འགྱུར་རོ། ཤུག་པ་སོགས་གཞན་ཤིང་ཡིན་ན། ཤ་པ་
 ཤིང་མིན་པར་འགྱུར་ཏེ། ཤ་པ་དེའི་རང་བཞིན་ན་ངོ་བོ་གཞན་ཤུག་པ་སོགས་
 ཀྱི་ངོ་བོ་དང་གཅིག་མ་ཡིན་པའི་གྱིར། རྟོན་བསྟུ་བ།

ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་གཞུང་བཟུང་ནས། །
 བདག་ཉིད་ཆོས་པོའི་རིགས་པ་འགོག།
 རྒྱལ་ལ་གནས་པའི་སྤུ་དག །

ཕྱོན་པའི་ཤིང་ལ་མི་གཙང་འཕྱོར། །

མདོར་བསྟུས་ན། སྤྱི་དང་ཕྱོག་པ་དངོས་པོར་ཁས་ལེན་པ་ན། ཚོས་གྱི་
གྲགས་པས་གང་བཀག་པ་དེ་ཁྱེད་རང་གིས་ཤུ་ཚུགས་གྱིས་ཁས་ལེན་པ་སྟ་བུ་ཞིག་
ཆགས་ཡོད་པ་རེད། དེས་ན་པོད་འདིར་ཚོས་གྱི་གྲགས་པའི་གཞུང་ལུགས་འཛིན་
པ་ཡིན་པའི་ཚོལ་གྱིས། བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་སྟེ་དཔལ་ཚོས་གྱི་གྲགས་པའི་རིགས་པ་
དྲི་མ་མེད་པ་རྣམས་རྟོག་ཅིང་འགོག་པར་བྱེད་པ་འདི་ནི། དཔེར་ན། རྒྱགས་ལ་
གནས་པའི་སྤྱུ་དག་གིས། རང་གནས་བཟང་པོ་ཕྱོན་པའི་ཤིང་ལ་མི་གཙང་བ་
འཕྱོར་བ་དང་འདྲའོ། །

གཉིས། སེལ་བ་མི་དགོས་པ་ཐལ་བའི་ལན་དངོས།

《རིགས་གཏིར་》ལས།

ཕྱོག་པ་དངོས་པོར་མ་གྲུབ་ཅིང་། །

སྟོ་ཡི་འཇུག་ཚུལ་དཔུང་པ་ནི། །

དངོས་པོ་ཀུན་ལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། །

གཞན་སེལ་ལ་ནི་སྒྱུན་འདི་མེད། །

དེས་ན་སྤྱི་གཅིག་བརྗོད་ན་ཡང་། །

དགག་སྐབ་རྒྱས་པ་རྣམ་གཉིས་ཡོད། །

དེའི་དོན་ནི། དཔེར་ན། ཤིང་མ་ཡིན་ལས་ཕྱོག་པ་དེ་དོན་ལ་དངོས་པོར་མ་
གྲུབ། གལ་ཏེ་ཕྱོག་པ་དངོས་པོར་གྲུབ་ཅིང་ཤ་པ་དང་། རྒྱག་པ་གཉིས་གཅིག་ཏུ་
འཁྱུར་ཏེ། ཕྱོག་པ་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྟོ་ཡི་འཇུག་ཚུལ་ལ་དཔུང་ན། རྟོག་པའི་
དོར་ཕྱོག་པ་མཚུངས་པའི་སྟོ་ནས་སྤྱི་གཅིག་ཏུ་འཆར་ཏེ། རིགས་མཐུན་པ་ནི་
དངོས་པོ་ཀུན་ལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན། སྤྱིས་བུའི་ཁ་དོག་ཐ་དད་ཀྱང་གིབ་
མའི་ཁ་དོག་གཅིག་ཏུ་སྒྲུབ་བ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་གཞན་སེལ་ལ་ནི་བཤད་མ་
ཐག་པའི་དགོས་རྒྱས་མེད་པའི་སྒྱུན་འདི་ཉིད་མེད་དོ། །

རྒྱ་མཚན་དེའི་ཕྱིར་ན་དཔེར་ན། ཤིང་ཞེས་པའི་སྤྱི་གཅིག་བརྗོད་ན་ཡང་ཤིང་
མིན་དགག་པ་དང་། ཤིང་སྐབ་པའི་རྒྱས་པ་རྣམ་པ་གཉིས་ཡོད་པ་རེད།

བརྟག་པ་མཐར་བཟུང་གི་སྒོ་ནས། ཁོ་ན་རེ། འོ་ན། རུས་པ་གཉིས་པོ་དེས་ལོག་
པ་དང་ལྟོག་པ་སྟོན་པའི་སྒྲ་གཉིས་དངོས་སུ་བྱེད་པའི་བྱེད་པ་པོར་མི་འགྱུར་རམ་
ཞེ་ན། དེའི་ལན་དུ། 《རིགས་གཉེར་》ལས།

ཆོས་གཉིས་གཅིག་པ་མི་སྲིད་ཅིང་། །

ལྟོག་པ་རོ་བོ་མ་གྲུབ་པས། །

ལྟོག་པ་བརྗོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ནི། །

ལོག་པའི་དངོས་པོ་གྲུབ་པར་གསུངས། །

དེའི་ལན་དུ། མི་འགྱུར་ཏེ། ཤིང་དང་ཤིང་མིན་གཉིས་རོ་བོ་གཅིག་པ་མི་སྲིད་
ཅིང་། ལྟོག་པ་ཞེས་བྱའི་ཆོས་དེ་རོ་བོ་དོན་ལ་མ་གྲུབ་པས། ལྟོག་པ་སྟེ་སྟོ་རོའི་ཆོས་
དེ་བརྗོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་བརྟགས་པ་སྟོ་ཆོས་དང་། མཐོང་བ་དོན་ཆོས་གཉིས་གཅིག་
ཏུ་འབྱུང་པས་གཅིག་ཏུ་རྟོགས་ནས། སྒྲ་དེས་ལོག་པའི་དངོས་པོ་ཞེས་དོན་རང་
མཚན་གྲུབ་པར་གསུངས་ཏེ། 《རྣམ་འགྲེལ་》ལས། སྒྲ་གཉིས་བྱེད་པའང་མ་
ཡིན་ཏེ། །ཕན་ཚུན་ཡོད་པ་མིན་ཕྱིར་འདི། །དངོས་མེད་དངོས་པོ་ལྟན་ཉིད་
དུ། །མཐོང་བ་སྟོ་ཡིས་བསྐྱད་པ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་སོ། །

ས་བཅད་ལྷ་པ། སེལ་བ་ལ་སྤྱི་མེད་ན་གཞི་མཐུན་གྱི་ཆོས་

མི་སྲིད་པའི་རྩོད་སྐྱང་།

《རིགས་གཉེར་》ལས།

ཐ་དད་རྣམས་ལ་སྤྱི་མེད་ན། །

ཤུག་ལ་སྟོན་པོ་ལ་སོགས་པ། །

ཆོས་རྣམས་གཅིག་ལ་མི་འདུ་བས། །

གཞི་མཐུན་མེད་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། །

བྱེ་བྲག་པ་ལ་སོགས་པ་ན་རེ། བྱེ་བྲག་ཐ་དད་པའི་ཆོས་རྣམས་ལ་ཐུན་མོང་གི་
སྤྱི་གཅིག་མེད་ན་ཤུག་ལ་དང་། སྟོན་པོ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ཐ་དད་རྣམས་གཞི་
གཅིག་ལ་མི་འདུས་ཏེ། ཤུག་ལ་ཡང་ཡིན་ལ་སྟོན་པོ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་

མེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེན། དེའི་ལན་དུ་《རིགས་གཏེར་》ལས།

སྒྲིབ་ལས་ཟུག་ལ་གཞན་མིན་ཡང་། །

སེལ་བའི་དབྱེ་བསྐྱུས་རྟོག་པའི་ངོར། །

གཞི་མཐུན་ཉིད་འགྱུར་རང་མཚན་ལ། །

འཇུག་ཕྱིར་དབང་པོའི་སྒྱུད་ཡུལ་མིན། །

ཟུག་ལ་དང་དེའི་ཁ་དོག་སྒྲིབ་པོ་གཉིས་དོན་ལ་ཐ་དད་མིན་ཡང་། ཐ་དད་
དུ་འབྱེད་པའི་གཞན་སེལ་གྱིས་སྒྲིབ་ལས་སྒྲིག་པ་དང་། ཟུག་ལ་མིན་པ་ལས་
སྒྲིག་པ་གཉིས་ཐ་དད་དུ་དབྱེ་བ་དང་། གཅིག་དུ་སྒྱུད་པའི་གཞན་སེལ་གྱིས་
ཟུག་ལ་ཡང་ཡིན་ལ་སྒྲིབ་པོ་ཡང་ཡིན་ཞེས་བསྐྱུས་པའི་རྟོག་ངོར་གཞི་མཐུན་པ་ལྟ་
བུར་སྒྲིབ་བ་ཡིན་པ་ལས། དབང་ཤེས་གྱི་ངོར་གཞི་མཐུན་ཡིན་ཏེ། དོན་གྱི་སྤྱིང་
ན་དེ་གཉིས་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་ཟུག་ལ་དང་སྒྲིབ་པོ་གཉིས་ཡིན་པའི་
གཞི་མཚན་སྐྱུ་མ་ནི་ཡུལ་རང་མཚན་ཁོ་ན་ལ་འཇུག་པའི་ཕྱིར། རང་མཚན་བརྗོད་
བྱ་ཡང་མིན་ལ་གཞན་སེལ་དབང་པོའི་སྒྱུད་ཡུལ་ཡང་མིན་ནོ། །

དོན་བསྐྱུ་བ། 《རིགས་གཏེར་》ལས།

སྒྲིབ་དང་གཞན་སེལ་རྣམ་དག་གི།

མིག་དང་སྒྲོ་གྲོས་གསལ་ལྡན་པ། །

རྟོག་གི་པ་དེ་ཤེས་བྱ་ཡི། །

དེ་ཉིད་ལྟ་བ་ཀུན་མཐུན་འདྲ། །

མདོར་བསྐྱུས་ན། རྣང་ཡུལ་གྱི་སྒྲིབ་པ་དོན་རང་མཚན་ནི་སྐྱེས་བུའི་འཇུག་
སྒྲིག་གི་ཡུལ་དངོས་ཡིན་ལ། དེ་ལ་འཇུག་ཚུལ་གྱི་གནད་ཐམས་ཅད་གྱི་སྒྲིག་ལྟ་བུ་
ནི་གཞན་སེལ་ཡིན་པས། དེ་ལྟར་སྒྲིབ་པ་དང་གཞན་སེལ་གྱི་འཇུག་ཚུལ་གྱི་རྣམ་
གཞག་མ་ཞོར་བ་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བའི་མིག་དང་། དཔྱད་པའི་སྒྲོ་གྲོས་གཉིས་
གསལ་བ་དང་ལྡན་པའི་རྟོག་གི་པ་དེ་ནི། ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་གྱི་གནས་ཚུལ་མ་
ཞོར་བའི་དེ་ཉིད་ལྟ་བ་ལ་ཐེ་ཚོམ་གྱི་སྒྲིག་དང་བྲལ་ཞིང་། རྣང་དོར་སྒྲིབ་པ་ལ་
མཁས་པ་ཀུན་མཐུན་ཏེ་སངས་རྒྱས་དང་འདྲའོ། །

བསྐྱེད་སྐྱོང་གི་ཁ་བྱང་།

- ༡ སྤྱི་མཐུན་ལུས་ལ་སྤྱོད་པ་ཡོད་མི་དགོས་པའི་སྤྱི་མཐུན་གང་།
- ༢ སྤྱི་མཐུན་གྱིས་གཞན་སེལ་མི་སྲིད་པའི་གཏན་ཆོག་གང་བསྟན་འདུག
- ༣ གཞན་སེལ་གྱི་སྤྱོད་ནས་བཟོ་བྱེད་པའི་ཚུལ་ཇི་ལྟར།
- ༤ མཐའ་དག་དང་། མ་ལུས་སོགས་གཅད་བྱ་མེད་པ་ལ་གཞན་སེལ་ཇི་ལྟར་འདུག
- ༥ སྤྱི་མཐུན་གྱིས་ལྷོག་པ་མི་དགོས་པར་ཐལ་བའི་གཏན་ཆོག་གང་།
- ༦ དངོས་པོའི་ལྷོག་དེ་དངོས་པོ་ཡིན་པར་འདོད་པ་ལ་སྤྱོད་གང་བསྟན་འདུག
- ༧ སྤྱི་དང་ལྷོག་པ་གཉིས་དངོས་པོ་ཡིན་པར་ཁས་སྒྲུབ་ན་སྤྱོད་གང་བསྟན་འདུག
- ༨ སེལ་བ་མི་དགོས་པར་ཐལ་བའི་ལན་དངོས་གང་ཡིན་འདུག
- ༩ སེལ་བ་ལ་སྤྱི་མེད་ཀྱང་མཐུན་མེད་པར་མི་འགྱུར་པའི་གཏན་ཆོག་གང་།
- ༡༠ སྤྱི་བ་པ་དང་གཞན་སེལ་གྱི་དོན་ལ་མཁས་ན་ཡོན་ཏན་གང་འབྱུང་།

སྒྲིབ་སྒྲིབ་པ།

ཚད་མའི་གཞུང་ལྷགས་རྒྱལ་ཁམས་ཀྱི་ལ་བྱ། །
 ཚད་ལྷན་སྒྲིབ་བྱ་ས་ཡི་སྤྱོད་ན་དགོན། །
 ཚད་དང་ཚད་མིན་སོ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཡིས་དབྱེ། །
 འབྲུལ་པའི་མཚན་གཞིའང་སོ་སྤྱོད་སྤྱོད་རིག་འཛིག།

དོན་དམ་ཚད་མ་སྤྱི་བཟོད་བྱ་མིན། །
 མིང་གི་ཚད་མ་རང་རེའི་སྤྱོད་ཡིས་བསྐྱེད། །
 བཅེ་བའི་མཐའ་མར་འཁོན་གྱི་གཞིར་ཚུགས་པ། །
 ཚད་མས་ཀྱབ་པའི་རྣམ་གཞག་འདི་ཡིས་འཛིག།

རང་དབང་བདེ་བ་འབངས་གྱི་ཚད་མ་དང་། །
 དབང་སྒྱུར་སྤྱོད་པ་དཔོན་གྱི་ཚད་མ་སྤྱོད། །
 གང་ལ་གང་འདོད་རང་སྤྱོད་ཚད་མ་ཉིད། །
 རང་སྤྱོད་མཐུན་པའི་ཁྲོད་ན་འཆད་ཉན་བདེ། །

མཐའ་ཐུག་བདེན་པའི་ཚད་མ་རྟེན་དཀའ་ཡང་། །
 གནས་སྐབས་སྤྱོད་དང་མཚུངས་པའི་ཚད་མ་ཅམ། །
 རང་གི་ཞེན་དོན་བསྐྱབ་པའི་ཁ་འཛིན་དུ། །
 རང་རེའི་སྤྱོད་གཉེར་འདི་ཡང་དོན་མེད་མིན། །

ཞེས་ཚད་མའི་རིགས་ལམ་བྱིས་པའི་གར་སྤྱོད་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་དེར་དུས་སྤྱོད་ལྷ་ཆེན་མའི་
 ནང་དུ། བོད་ཡིག་སྤྱོད་གཉེར་བ་རྣམས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་གྱི་ཁ་སྤྱོད་དང་བསྐྱེད་ནས་གོ་བདེའི་
 ཆོག་སྤྱོད་དུ་རྒྱལ་ཁམས་པ་ཐུབ་བསྐྱེད་ཐུན་ཆོགས་དེས་རབ་བྱུང་བཅུ་བདུན་པའི་ལྷགས་སྤྱོད་
 ནག་པ་ལྔ་བའི་ཆོས་༢༥ཉིན། 2010 ལོའི་ལྔ་བ་5པའི་ཆོས་1ཉིན། ཀྱང་དབྱང་མི་རིགས་སྤྱོད་ལྷ་
 ཆེན་མའི་རང་ཤག་དུ་ཡོངས་སུ་རྒྱ་རྒྱས་པར་བྱས་སོ། །

